

ဗုဒ္ဓ၏အာနာပါနဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်နည်း

သမထ ဦးအောင်မြတ်

ဗုဒ္ဓ၏
အာနာပါနဘာဝနာ
ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်နည်း

(သမထ) ဦးအောင်မြတ်

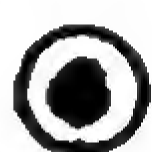
ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာနယ်ဇင်းမျက်နှာဖုံး ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့်ပြုအမှတ် (၁၇)
စာမူပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့်မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၁၀၇၆)
မေလ၊ ၁၉၈၀ ခုနှစ်

ပထမအကြိမ်

အုပ်ရေ (၁၀၀၀)

ပန်းချီ။ ။မောင်မောင်သိုက်



အဖုံးရိုက်။ ။အောင်သာ



စာအုပ်ချုပ်။ ။မိဘမေတ္တာ၊ ၃၄ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။



တန်ဖိုး။ ။၁၅ ကျပ်



ထုတ်ဝေသူ။ ။ဦးအုန်းညွန့်၊ မြတ်စာပေ(မြ ၀၁၃၇၅)၊
အမှတ် ၅၄၊ ၉၄ လမ်း၊ ကန်တော်ကလေး၊
ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ။ ။ဦးမောင်မောင်လွင် (၀၂၃၅၀)၊
ကဝိရတနာ ပုံနှိပ်တိုက်
၂၀၄၊ လမ်း ၃၀၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဒုတိယအကြိမ်ထွက်တော့မည်

တန်ခိုးထက်မြက်သည့် ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်ပုတီးစိပ်နည်း

[သမထ] ဦးဓေဓေဝင်မြတ်

ပထမအကြိမ် ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိရာ၌ ချက်ချင်းကုန်သွားသည့်
စာအုပ်ကောင်း တအုပ်
ဒုတိယအကြိမ်စာအုပ်တွင် ပုတီးစိပ်နည်းဂုဏ်တော်များ
တိုးထားသည်

မကြာမီထွက်မည်

မြတ်စာပေ အမှတ် ၁၄၇၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊ ကန်တော်ကလေး
စဘိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။

တဦးချင်းမှာယူနိုင်ပါသည်၊ အမှာစာ ကြိုတင်ပေးပို့နိုင်ပါသည်။

စာအုပ်ရေ ကန့်သတ်ထားသည်

ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့်မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၁၂၂၇)

(သမထ) ဦးအောင်မြတ်
ထုတ်ဝေပြီးသော စာအုပ်များ

နောက်ထွက်မည့်စာအုပ်

တန်ခိုးထက်မြက်သည့်ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်
ပုတီးစိပ်နည်း (ဒုတိယအကြိမ်)

အာနာပါနနှင့်ဘာဝနာ

"အာနန္ဒာ—သတိလွတ်သော ဆင်ခြင်ဉာဏ် မဲ့သူအား အာနာပါနသတိ သမာဓိ ဘာဝနာကို ငါမဟော" ဗုဒ္ဓကဤသို့လျှင် ဘိက္ခုအာနန္ဒာအား မြွက်ဆိုခဲ့သည်။

အာနာပါန ဘာဝနာကို ပွားရာ၌ သတိမလွတ်စေရ။ စိတ်ကဟိုဟိုသည်သည် ရောက်မနေရ၊ ပျံ့လွင့်မနေရ၊ သတိလွတ်ဆာ အဆင်ခြင်ကင်းမဲ့ပြီး မှုးဝေလဲကျ မျော မေ့သွားခြင်းများကား အာနာပါနအလုပ်၏ ဖြစ်ရပ်များမဟုတ်။

"အာနာပါန ဘာဝနာကိုပွားရာ၌ မည်သည့်အခါတွင်မဆို ကိုယ်၏တုန်လှုပ်မှု၊ စိတ်၏တုန်လှုပ်မှုမဖြစ်"။

အာနာပါနသမာဓိကား ဟိုပြေး၊ သည်ကြံ၊ ပြေးလွှားလှုပ်ရှားနေသောစိတ်ကို ငြိမ်ဝပ်အောင် ထိန်းသိမ်းရာတွင် မှန်မြတ်လှသောကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။

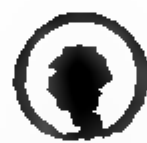
အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သားတော်ရာဟုလာအား ပွားများစေသည်ကိုပြခြင်း

ရာဟုလ၊ ချစ်သား ရာဟုလာ။ အာနာပါနဿတိံ၊ အာနာပါနဿတိ ဟူသော။ ဘာဝနံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို။ ဘာဝေဟိ၊ ပွားများလော့။ ရာဟုလ၊ ချစ်သားရာဟုလာ။ အာနာပါနဿတိ၊ အာနာပါနဿတိဟူသော။ ဘာဝနာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို။ ဘာဝိတာ၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ ဗဟုလီကတာ၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများခြင်းကိုပြုအပ်သည်ရှိသော်။ မဟပ္ဖလာ၊ များမြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ မဟာနိသံသာ၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက် ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာကို ချစ်သား ရာဟုလာအား ပွားများအားထုတ်စေတော်မူသည်။ ပွားများအားထုတ်သည်ရှိသော် များမြတ်သောအကျိုး၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိကြောင်းကိုလည်းပြတော်မူသည်။ ဤသို့ ပွားများအားထုတ်စေသည်ကို မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ငါတို့အားလည်း ဤအတိုင်းပင် ပွားများအားထုတ်စေသည်ဟု ဝမ်းမြောက်လျက် ပွားများအားထုတ်အပ်၏။ အားထုတ်ကြပါစေ - ယောဂီမိတ်ဆွေအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့၊ ဤကား အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို သားတော် ရာဟုလာအား ပွားများစေ၍ မဟာနိသံသရှိသည်ကိုပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

မာတိကာ

မာတိကာ



အမှာစာ

ဤ"ဗုဒ္ဓ၏ အာနာပါန ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်နည်း" ကျမ်းငယ်ကို မပြုစုမီအချိန်ကပင်၊ ကျွန်ုပ်၏ရင်၌ ခံစားချက်တခုဖြစ်ပေါ်လာပုံက လူ့လောက၌ ငွေကြေးမည်မျှ ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုရှိနေသော်လည်း၊ ကျန်းမာရေး ချို့တဲ့ပါမူ ထိုချမ်းသာမှုစည်းစိမ်တို့အပေါ်၌ ခံတွယ်နှစ်သက် စွဲမက် တွယ်တာစရာအပေါင်းတို့ ပျောက်ကွယ် နေတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် "အာရောဂျ ပရမံ လာဘာ" ကျန်းမာခြင်းသည် လာဘ်ကြီးတပါးဟု ဗုဒ္ဓကိုယ်တိုင် မိန့်ဆိုခဲ့၏။

လူတဦး၏ ရုပ်ခန္ဓာကြီးသည် အသက်ရှည်စွာ နေထိုင်ရန်အလို့ငှါ၊ သဘာဝလေရှူရှိုက်ခြင်းကိုဥပေက္ခာပြု၍မရချေ၊ ခန္ဓာရုပ်၏ ကျန်းမာရေးအတွက် အာဟာရမှီဝဲရသကဲ့သို့ အသက်ရှည်စွာ ကျန်းမာလိမှုတင် လေရှူရှိုက်ခြင်း[illegible]းဂရုပြုရချေ၏။

သဘာဝလေကို စနစ်တကျ မှန်ကန်စွာ ရှုရှိုက်ပါက အဆုတ်သည် ကောင်းမွန်စွာ အလုပ်လုပ်နိုင်သဖြင့် ခန္ဓာတွင်း၌ ရှိသော သွေးကြောများလည်းပတ်မှုမှာ မှန်ကန်သောကြောင့် လူသည် အသက်ရှည်ပြီး ကျန်းမာလျက်ရှိ၏။

ထို့အတူ လောကီရေး ဆိုင်ရာ၌ အကျိုးသက်ရောက်မှု ရှိကြောင်းသိရှိနားလည်ပြီး ဘာသာရေးဆိုင်ရာ၌ဗုဒ္ဓ၏အာနပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားစု လေ့လာကျင့်ကြံ အားထုတ်ပါက လောကီ၊ လောကုတ္တရာဘက်၌အကျိုးများမှု ရှိမည်ကိုမူ စာဖတ်သူ အခနေ ဖြင့်ဝေဖန်နိုင်ချေ၏။

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်သည် ဤကျမ်းငယ်ကို အချိန်ယူ၍ ဆရာ့ ဆရာများ ပြုစုရေးသားသွားသော ကျမ်းအစောင်စောင် ကို ဖတ်ရှုလေ့လာ ပြုစုပြီးနောက် ဤကျမ်းငယ် စာအုပ်ဖြင့်၊ ကျမ်းပြုဆရာတော်များအား ကန်တော့ပါ၏။

ဤကျမ်းငယ်တွင် ရေးသားတင်ပြရာ၌ စာဖတ်သူအဖို့ သဘောမပေါက်။ ချို့ယွင်းချက်များ ရှိနေပါက ကျမ်းပြုသော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများအပေါ် အပြစ်မမြင်ဘဲ စာရေးသူ ကျွန်ုပ်သာ လေ့လာရန် လိုသေးကြောင်းဟုမှတ်ယူစေလို၏။

(သမထ)ဦးအောင်မြတ်။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ပုဗ္ဗကိစ္စ ၁၀ ပါး

ရှေးဦးပြုဘွယ်

ရှေးဦးပြုဘွယ်ကို ''ပုဗ္ဗကိစ္စ''ဟူ၍ ခေါ်၏။ ယင်း ပုဗ္ဗကိစ္စသည် သူ့နေရာနှင့်သူ ပုဗ္ဗကိစ္စဟူ၍ များစွာရှိ၏။ ဥပမာသော်- အိမ်ဆောက်မည့်သူသည် အိမ်မဆောက်မီ ရှေးဦးစွာ အိမ်နေရာကို အမှိုက်ရှင်းခြင်း၊ မြေညှိခြင်း စသည်ပြုလုပ်ရာ၊ ယင်းကို ပုဗ္ဗကိစ္စဟူ၍ ခေါ်ရ၏။

ကျွဲ့မှု ဝိပဿနာတရားကို မရှုပွား အားမထုတ်မီ ရှေးဦးစွာ မိမိစိတ်တွင် နီဝရဏ ညစ်ကြေး အပြစ်ဘေးကင်း၍ ကြည်လင်သန့်ရှင်း၊ ကြောက်ခြင်းမရှိ ရဲတင်းဘိအောင် ရှေးဦးပြုဘွယ်ကို ပုဗ္ဗကိစ္စဟူ၍ ခေါ်၏။ ယင်းသည် ၁၀-ပါးရှိ၏။

ယင်းတို့ကား—

၁။ ဘုရားပင့်ခြင်း၊
၂။ ကန်တော့ခြင်း၊
၃။ ဘုရားရှိခိုးခြင်း၊
၄။ ခန္ဓာကိုယ် စွန့်လှူခြင်း၊
၅။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းခြင်း၊
၆။ သီလခံယူခြင်း၊
၇။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားခြင်း၊
၈။ မေတ္တာပွားခြင်း၊
၉။ မရဏာဿတိပွားခြင်း၊
၁၀။ ပတ္တနာပြုဆုတောင်းခြင်း ဟူ၍ ၁၀-ပါး ရှိ၏။

ယင်းတွင်—

၁။ ဘုရားပင့်ခြင်း။ ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော် အနန္တ၊ စကြာဝဠာ တမ္ဘာမြေမိုးဖြန့်ဖြန့်ကျိုးမျှ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော အစိန္တေယျ သုံးလောကထွဋ်ထား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားသည် ဘုရားစာမည့်ိတော်၏ ကောသာဥသျှောင် ပိတုန်းရောင်ဖြင့် ညိုမှောင်မည်းနက် ကိုန်းစက်ရာမှန်ဗိမာန်သာဆန်းကြဲဦးခေါင်းတော်တည်း ဟူသော ကျောင်းသင်ခန်း၌ လျှောင်း၊ ထိုင်၊ ရပ်၊ သွား၊ လေးပါး ဣရိယာ မျှတစွာဖြင့် ကြည်သာရွှင်ပြုံးကြွရောက်ခါ သီတင်းသုံးတော်မူလှည့်ပါ အရှင်ဘုရား။

ဘုရားပင့်ရကြောင်း။ အဘယ်ကြောင့် ဘုရားပင့်ရသနည်း၊ ဘုရားရှင်ကို ရှိခိုးချင်၊ ကန်တော့ချင်လို့ မိမိဦးခေါင်းပေါ်သို့ ပင့်တင်ရခြင်း ဖြစ်၏။ ယင်းသို့ ပင့်တင်ထားသော်– "မိမိဦးခေါင်းပေါ်မှာ ဘုရားရှင် သီတင်းသုံးနေတော်မူပါကလား" ဟု အာရုံရောက်သဖြင့် ဘုရားအားထုတ်ရာ၌ လေးစား၏။ မကောင်းသော အပြု-အပြော အကြံအစည်တို့ကို မပြုရဲ၊ မပြောရဲ၊ မကြံစည်ရဲတော့ပေ။ ဘုရားအာရုံ၌သာ စိတ်သက်ဝင်တော့၏။

ယင်းသို့ ဘုရားပင့်ခြင်း ကိစ္စကို သာသနာပြု ရှေးထုံးလဲရှိ။ အကျော်အမော်ရှေးက သင်္ဃာဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် စတုရာရက္ခကျမ်းကို မပြုမီ ရှေးဦးအစ ရတနာသုံးပါးကို ရှိခိုးမှုပြုရန် ဤသို့ ဘုရားပင့်ခဲ့သည်–

"စကြာဝဠာ အနန္တတိုင် မွေးကြိုင်ကောင်းမွန်၍ ထူးကဲလွန်မြတ်သော နံ့သာဖြစ်တော်မူသဖြင့် စကြာဝဠာ လောကဓာတ်တိုက်တသောင်းမှ ခညောင်းပူဇော်ဖူးမျှော်လာကြသည့် နတ်ပြဟ္မာအားလုံး ပျားပိတုံးတို့ စုရုံးရှင်လန်း စုပ်နမ်းရာဖြစ်သော ဘုရားရှင်၏ ခြေတော်အစုံ ကြာပဒုံသည် ဘုရားတပည့်တော်၏ မြတ်ရာထားတင် ဦးထိပ်ပြင်၌ တန့်ရပ် တည် နေ တော် မူ လှည့် ပါဘုရား"

သြကာသ....သြကာသ....သြကာသ...

၂။ **ကန်တော့ခြင်း။** ကာယ-ဝစီ မနောချီလျက်၊ သုံးလီ ရတနာ လေးဖြာ ပဏာမ ပူဇနဖြင့် ဘုရားရတနာ-တရားရတနာ-သံဃာရတနာ-ရတနာမြတ်သုံးပါး မိဘနှစ်ပါး ဆရာသမားတို့နှင့် တကွ ပြစ်မှားမိသူ ပုဂ္ဂိုလ် အများတို့အား ဘုရားတပည့်တော် ရှိသေမြတ်နိုး လက်အုပ် မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော် မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ရှိခိုးခြင်းလေးမျိုး။ ဤကန်တော့ခန်းတွင် "လေးဖြာ ပဏာမ"ဟု ဆိုထားသည်- "နမဿန္တိ တိကာယေန နမဿန္တိ၊ ဝါစာယ နမဿန္တိ၊ မနသာ နမဿန္တိ၊ ဓမ္မာနု ဓမ္မပ္ပဋိ ပတ္တိယာနမဿန္တိ" ဟူသော ဆက္ကဂုတ္တရအဋ္ဌကထာအရ ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားအားလျော်သော အကျင့်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်းထည့်ထား၍ ရှိခိုး ခြင်း ၄လေးမျိုးရှိရကာ "လေးဖြာပဏာမ"ဟု ဆိုထားပါသည်။

ဘုရားရှင်၏ချီးမွမ်းခံရသူများ။ ဘုရားရှင် နောက်လေး လ အကြာတွင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော့မည်ဟုသိရသောအခါ ရဟန်း တော် အများမှာ သောက ပရိဒေဝဖြစ်ကြရ၏။ "ဘယ်သို့ပြုရ မည်နည်း"ဟု ကြံစည်ဆွေးနွေးကာ ဘုရားရှင်အနားမှ မခွာနိုင် ဖြစ်ကြရ၏။ ရှင်အတ္တဒတ္ထ၊ ရှင်တိဿ၊ ရှင်ဓမ္မာရာမ ရဟန်းတော် သုံးပါးမှာကား "ဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော့မည်။ ငါတို့မှာ

လည်း အာသဝ မကုန်သေး။ ဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန်မစံမီ အာသဝ ကုန်အောင် ကြိုးစားသင့်၏”ဟု တပါးချင်းခွဲကာ တရားသာ အားထုတ်နေကြကုန်၏၊

ရဟန်းအများက ထိုရဟန်းများ ဘုရားရှင်ကို အရေး မစိုက်ကြောင်း လျှောက်ထားသောအခါ ဘုရားရှင်ခေါ်တော် မူ၍ မေးလျှင် အကြောင်းသိရသဖြင့် ချီးကျူးတော်မူခဲ့၏။

“ငါဘုရားကို ပစ္စည်းအားဖြင့် ပူဇော်ရုံမျှနှင့် ငါ ဘုရားအပေါ်မှာ ချစ်ရာမရောက်၊ အကျင့်တရားဖြင့် ပူဇော်မှသာ ငါဘုရားအပေါ်မှာ ချစ်ရာ အရိုအသေပြု ရာ လေးစားရာရောက်သည်” (ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာ)

ဘုရားရှင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံရာ ညောင် အမြတ်ဆုံးပူဇော်ခြင်း။ စောင်းထက်၌ စံနေ တော်မူချိန်တွင် နတ်ဗြဟ္မာတို့၏ လှိုင်လှိုင်ကြဲကြဲ ပစ္စည်း အမျိုးမျိုးဖြင့် ပူဇော်ကြပုံ တွေ့မြင်ရသောအခါ ရှင်အာနန္ဒာ အား “အာနန္ဒာ၊ ငါဘုရားကို ဤမျှလောက် ပူဇော်ခြင်းဖြင့် ပူဇော်သည်မမည်သေး၊ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်အား လျော်သောဓမ္မ ပူဇာခေါ် တရားကျင့်ခြင်းဖြင့် ပူဇော်မှသာအကောင်းဆုံးသော ပူဇော်ခြင်းမည်၏ ‘ဟု ဟောတော်မူ၏။(သုတ်မဟာ ဝါ ပါဠိ တော်)

သိစေချင်။ ယင်းသို့ အကျင့်ဖြင့် ရှိခိုးပူဇော်ခြင်း အကျိုးများပုံတို့ကို သိစေလို၍ လူသိများသောရှိခိုးခြင်းသုံးမျိုးတွင်အကျင့်ဖြင့်ရှိခိုးခြင်း တမျိုးထည့်၍ "လေးဖြာပဏာမ" ဟု ဆိုသားပါသည်။ ထိုကြောင့်.... သာသနာဘော် အရှည်တည်ရေး-ဘပည့်သာဝကများ ကောင်းစား ချမ်းသာရေးအတွက် ဘုရားရှင်လိုလားတော်မူသော တရားကျင့်ခြင်း၊ မေ့ပူဇော်ခေါ် အကောင်းဆုံးပူဇော်ခြင်းဖြင့် ပူဇော်ကာ ဘုရားရှင်တပည့် ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်အစစ် ဖြစ်နိုင်ကြရန် ကြိုးစားပါလော့။

ပြစ်မှား ပြစ်။ အပြစ် ကင်းကွာ-နိဗ္ဗာန ဒေါ်ယမဲ့ ပြေား-သူမြတ်များအား-ပြစ်မှား ထုံထ မိုးပေါ်လာကို စိတ်ကဥ္စု ပစ်သော မှူသည်၊ ပစ်သူသို့သာ၊ ကျရောက်လာသို့၊ မှန်စွာအပြီး၊ နောက်ပိုးစီးလျက်၊ မြေကြီးမျိုရှောင်း၊ မိကျောင်း၊ သစ်ကျား။ ဖမ်းစားဘီလူး၊ ရေကူးလှေမှောက်၊ စိတ်နောက်သွေးအန်၊ စက်ပျံမိုးကြိုး၊ ပြစ်ရှစ်မျိုးနှင့်.... လွှမ်းမိုးပြင်းစွာ၊ ဝေဒနာကြီးမား၊ လျော့ပါးစည်းစိမ်၊ နေအိမ်မီးလောင်၊ ကုန်အောင်ကျွမ်းသက်၊ ကျိုးပျက်အင်္ဂါ၊ နူနာ စိတ်ဖောက်၊ ကျခေါက်မင်းဒဏ်၊ မမှန်စွပ်စွဲ၊ ပြိုကွဲမျိုးဆွေ၊ ရွှေငွေ ကျွဲနွား၊ ယွင်းဖေါက်ပြားသား၊ ဆယ်ပါးမျက်မှောက်၊ ဒဏ်ကြေးဆောက်၍၊ နောက်၌ အမြဲ၊ သေဖောက်လဲသော် ငရဲကြီးစွာ၊ လားဘို့ရာ၏"။

"အရိယာစစ်၊ ဖြစ်သားတမူ၊ မြတ်သောသူကို၊ အရိယူပ

ဝါ၊ ယုတ်မာစကား၊ ဒေါသအားဖြင့်၊ ပြစ်မှားချွတ်လွဲ၊ စွပ်စွဲဖရည် ဆဲဆိုခုတ်သား၊ ကြမ်းကြုတ်ဝစန၊ နှုတ်ဓါးမလည်း၊ သူများကိုယ်မှာ၊ အရာမရှိ၊ မိမိကိုယ်သာ၊ ဖြစ်တတ်စွာ၏၊ အရိယာပြစ်မှား၊ ဆိုးဝါးမိုက်ညစ်၊ ထိုက်ပြစ်ကား၊ စစ်စင်ကြီးမား၊ ဟူတု ငြား၏''(မဃဒေဝ)။

ကန်တော့ကျိုး။ ''ပြစ်မှားသူထံ၊ ကျိုးနွံ ခယ၊ တောင်းပန်ဏလည်း၊ ပျောက်ပစမြဲ၊ မလွဲကောန်၊ မတောင်းပန်က၊ သေလွန်ထုတ်ချောက်ငရဲရောက်၏၊ မီးလောက်ဘင်ငြား၊ သူမြတ်များကို၊ မမှားအပ်စွာ၊ ရှားဘို့ရာ၏(မဃဒေဝ)။

တိရစ္ဆာန်ပြစ်မှား။ အရိယာစစ်၊ မဟုတ်ဖြစ်စေ၊ အပြစ်မဲ့ဘိ၊ သီလရှိသား၊ တိရစ္ဆာန၊ အဟိတ်မျှလည်း၊ ဒေါသအမူ၊ ပြစ်မှားပြုက၊ ယခုဘဝ၊ ဤဒိဋ္ဌပင်၊ ဒုက္ခဖြစ်ဆိုး၊ မကောင်းကျိုးဖြင့်၊ မိုးကြိုးလောင်မီး၊ ကျပျက်စီးနှင့်''

''အတိရှေးခါ၊ တောဟေမာဝယ်၊ ပညာဇာတိ၊ မွေးကျိုးသိ၍၊ မွေးမိ မွေးဖြ၊ နန္ဒိယံဟု၊ ရှယ်လှ ဆင်းရောင်မျောက်ညီနောင်ကို၊ နှစ်ကောင်လုံးပင်၊ ပစ်သတ်ကျင်၍၊ အိမ်တွင်အသီး၊ လောင်မီးကျငြား၊ သမီး သားနှင့်မယားရင်း၊ ကိုယ်ပါပေါင်း၍၊ အလောင်းလေးခု၊ တခုတည်းသာ၊ ဖုတ်ရစွာ၏''
(မဃဒေဝ)

ထို့ကြောင့်....ပြစ်မှားခြင်း၏ အပြစ်တွေကို သိပြီမဟုတ်ပါလော၊ ယင်းပြစ်မှားပြစ်တွေကို ကန်တော့တောင်းပန်လျှင်လဲ ပျောက်ပါ၏။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ကန်တော့ခန်းတွင် "ရတနာမြတ်သုံးပါး - မိဘနှစ်ပါး—ဆရာသမား"ဟု အမည်ဖော်နိုင်သမျှကို ဖော်၍ မဖော်နိုင်ဘဲ ကျန်သည့်တို့ကို "ပြစ်မှားမိသူအများတို့အား"ဟုသိမ်း၍ ဆိုထားပါသည်။

၃။ ဘုရားရှိခိုးခြင်း

"နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ"(၃)ကြိမ်။

သော ဘဂဝါ— အကြင် ရွှေဘုန်းတော် သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည်၊ အရဟံ စ— ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သည်ဇင်း၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ စ—မဖောက်မပြန်၊ကိုယ်တော်တိုင်သာ၊ သစ္စာလေးပါး၊ မြတ်တရားကို၊ ပိုင်းခြားထင်ထင်။ သိမြင်တော်မူပြီးသည်ဇင်း။ ဟောတိ....မုချမသွေ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။

အရဟတော = ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ = မဖောက်မပြန်၊ ကိုယ်တော်တိုင်သာ၊ သစ္စာလေးပါး၊ မြတ်တရားကို၊ ပိုင်းခြားထင်ထင်၊ သိမြင်တော်မူပြီးသော။ တဿဘဂဝတော = ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ၊ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့်၊ ပြည့်စုံကျော်ကြား၊ ထိုရှင်တော် မြတ်ဘုရားအား။ မေ – ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ဟုတ်မှန်ရာကို သူငါမှည့်ခေါ်၊ ဘုရား

တပည့်တော်၏။ နမော = ခြေ- လက်- နဖူး- တတောင်- ဒူး ဟု ငါးဦးတည့်ရိုး ကော်ရော်မျိုးဖြင့် ရှိခိုးခြင်းသည်။ အတ္ထု = အမှန်ပင် ဖြစ်ပါ၏။

ဣမိနာဗုဒ္ဓပနာမေန = ဤသို့ မြတ်စွာဘုရားအား ရှိခိုးကြောင်းဖြစ်သော ပဏာမစေတနာကြောင့်။ မေ = ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ ဟုတ်မှန်ရာကို၊ သူငါမှည့်ခေါ်၊ ဘုရားတပည့်တော်အား။ ယထိစ္ဆိတဝတ္တော = အကြင်အကြင် အလိုရှိအပ် တောင့်တအပ်သော ကောင်းကျိုးချမ်းသာအဖြာဖြာသည်။ ယထာဇ္ဈာသယံ = အကြင် အကြင် အလို ရှိတိုင်း။ သမိဇ္ဈတု = ပြီးပြည့်စုံပါစေသတည်း။ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဆရာတော် ဦးနန္ဒဝံသ)။

ထိုကြောင့်....အချို့ကား ကန်တော့တာနှင့်ရှိခိုးတာ မှကွဲကြပါ၊ မိမိသည် လူတော်တော်များများကို "ဘုရားရှိခိုးရသလား" ဟု မေးကြည့်ရာ "ရတယ်" ဟုပြောကြ၏။ "ဘာဘုရားရှိခိုးလဲ ဆိုပြစမ်း" ဟု ဆိုခိုင်းလျှင် "ဩကာသ" ကို ဆိုပြကြ၏။ ဩကာသမှာ ရှိမခိုးခင် အပြစ်ကို တောင်းပန်ခြင်း ဖြစ်၏။ တောင်းပန်ပြီးမှ မိမိနှစ်သက်သော ဘုရားရှိခိုးဖြင့် ရှိခိုးရခြင်း ဖြစ်၏။

ဘုရားရှိခိုးရကျိုး။ ဘုရားရှိခိုး ရခြင်း သည် ဘေးဒုက္ခခပ်သိမ်းကို ကင်းငြိမ်းစေလျက် ချမ်းသာသုခ အပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံ စေနိုင်၏။

ဘုရားရှိခိုးခြင်းသည် စင်စစ် အပြုစိတ်ထားကို ပွားများမွေးမြူ

ရခြင်းဖြစ်ပေ၏။ အပြုစိတ်ထားကို ပွားများမွေးမြူခြင်းသည် အပျက်စိတ်ထားများကို အဝေးသို့လွင့်ပါးစေ၏။ ဤ၌ အပြုစိတ်ဟူသည် ကုသိုလ်စိတ်ကိုခေါ်၍ အပျက်စိတ်ဟူသည် အကုသိုလ်စိတ်ကို ခေါ်၏။

အပျက်စိတ်ထားကင်းစင်အောင်အပြုစိတ်ထားပွားများခြင်းသည် မိမိ၏ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်တကွ စိတ်ဓာတ်ပါ ကောင်းမွန်ခိုင်ခံ့လျက် အေးချမ်းတည်ငြိမ်မှုကို ရရှိနိုင်ပေ၏။

ဘုရားရှိခိုး ဆုတောင်းခြင်းသည် မိမိ၏ စိတ်ဓာတ်ကို အမိပတ်ပစ္စည်းတင်၍ တိုးမြှင့်ပေးခြင်းဖြစ်၏။စိတ်ဓာတ်အင်အားမြှင့်မားလာသောအခါ မိမိရည်မှန်းထားသော အရာကို ရရှိစေနိုင်၏။

အို စာရှုသူ....ဘုရားရှိခိုးရကျိုးတွေ တခြားများစွာရှိပါသေး၏။ သို့သော် နေရာကျဉ်း၍ မဖော်ပြပါရစေနှင့်တော့။ "မိမိရည်မှန်းထားသောအရာကို ရနိုင်၏" ဆိုသည့် အထဲတွင်သာ ထည့်သွင်း၍ ယူမှတ်ပါတော့။

၄။ ခန္ဓာကိုယ် စွန့်လှူခြင်း

"ဣမာဟံ ဘန္တေ အတ္တဘာဝံ တုမှာကံ ပရိစ္စဇာမိ ဩဒဒိက"   (၃-ခေါက်)

ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံကျော်ကြားရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်သည် ရုပ်နာမ်ထွေးရော

ဤအတ္တဘောကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရားတို့အား အလိုတော်ရှိသလို ဆုံးမတော်မူနိုင်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ စွန့်လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၅။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းခြင်း

"အဟံ ဘန္တေ သံသာရဝဋ္ဋ ဒုက္ခတော မောစနတ္ထာယ ကမ္မဋ္ဌာနံယာစာမိ၊ ဒေထ မေ ဘန္တေ ဘဂဝါ အနုကမ္မံ ဥပါဒါယ" (၃–ခေါက်)

ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူကြသော ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်သည် သံသရာဝဋ်မှ ဆင်းရဲမှ၊ လျင်မြန်စွာ ကျွတ်လွတ်ပါရခြင်းအကျိုးငှာ၊ သမထ-ဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို တောင်းပန်ပါ၏။ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူကြသော ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည်၊ ဘုရားတပည့်တော်အား အစဉ်သနားတော်မူသည်ကို အကြောင်းပြု၍ သမထ ဝိပဿနာ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပေးသနားတော်မူကြပါကုန် အရှင်ဘုရား။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းရခြင်း၊ ခန္ဓာလှူရခြင်းအကြောင်း

အို စာရှုသူ–မိမိသည် အထက်ပါစာပိုဒ်ကို "ဗုဒ္ဓဿဝါ ဘဂဝတော အာစရိယဿဝါ အတ္တာနံ နိယျာ တေတွာ သမ္ပန္နဇ္ဈာသယေန သမ္ပန္နဝိမုတ္တိနာစ ဟုတွာ ကမ္မဋ္ဌာနံ ယာစိတဗ္ဗံ = ဘုရားရှင်အားဖြင့်၊ သို့မဟုတ် ဆရာအားဖြင့်၊ မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို အပ်နှင်းစွန့်လှူ၍ ပြည့်စုံသော အလိုဆန္ဒ နှလုံး

သင်းရှိလျက် ကမ္ဘဋ္ဌာန်းဘောင်းအပ်ပါ၏”ဟု ဆိုသော ဝိသုဒ္ဓိ မဂ်အဋ္ဌကထာအရ ရေးခြင်းဖြစ်ပါ၏။

ပြည့်စုံသောအလိုဆန္ဒ နှလုံးသွင်း

ယင်းတွင် ‘‘ပြည့်စုံသောအလိုဆန္ဒ နှလုံးသွင်း’ ဟူသည့် အဘယ်နည်းဟု သိသင့်၏၊ ယင်းကို မဃဒေဝလင်္ကာဖြင့်ပင် ပြည့်စုံ၍ မိမိမစွက်ဖက်ဘဲ မူရင်းအတိုင်း ဖော်ပြပါအံ့–

‘‘နိယျာနဟု ’ဆုရမှန်ဘိ လက်ကိုင်ရှိသား ဗောဓိ ဉာဏ်ချစ် လောင်းတော်စစ်တို့ နိက္ခမဗျာ ကြီးဟူလှသာဖြင့် ဃရာဝါသ သမ္ဗာဓ ဟု ကာမဖျောင်းသိမ် ဝဋ်စည်းစိမ်ကို နှောင်အိမ် လှောင်တိုက် မှတ်ပိုက်ထင်ရှိ အမြဲသိ၏၊ ပဝိဝေက အဇ္ဈာသယဖြင့် ကာမကိလေ ဖော်ရှုံ့ဒွေကို ငန်းမြွေ ပတ်ချစ် ခေါ်အဖြစ်သို့ စင်စစ် ထင်ကြ အလောဘဓာတ် အလို မြဲဖြင့် နှတ်၍ ရိပ်ငြိမ် ကြီးစည်းစိမ်နှင့် တွေ့ကြိမ်တို့သည်၊ လောင်ညီလျှံညီး မီးပုံကြီးသို့ အပြီးထင်လစ် အဒေါသဇ္ဈာ မေတ္တာဟူထ ကြီးဆန္ဒဖြင့် ဇီဝခြွေဖြုတ် သက်ကိုနှုတ်သည့် သောနုတ် အတူ ပြစ်မှားသူလျက် မရှုဒေါသ အမောဟဖြင့် မောဟအဝိဇ် မှောင်မပိတ်ဘဲ နိဿရဏ အဇ္ဈာသယဖြင့် ဘဝသုံးဖြာ သေမင်းရွာသို့ ပြင်းစွာထင်လတ် အမြဲ မှတ်၍ မပြတ်ပြက်တော့ မြင်လေ့ကြောင့် မမေ့ လူ့ဘောင် စံမပျော်သည် စိတ်တော်ငြီးငွေ့ ထွက်ကြည်း တည်း။

"ယောဂီသည် ယင်းအလောဘအစရှိသည်တို့၏ အစွမ်းဖြင့် ခြောက်ပါးကုန်သော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် ပြည့်စုံသော အလိုဆန္ဒ နှလုံးသွင်းရှိရာ၏၊ ယင်းသို့ရှိသော် "သာဝက ဗောဓိ ပစ္စေကဗောဓိ သမ္မာသမ္ဗောဓိ" ဟူသော ဗောဓိ ၃ ပါးတို့တွင် တပါးပါးသို့ ရောက်၏" (ဝိသုဒ္ဓိ မဂ် အဋ္ဌကထာ)

မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ဘုရားရှင်အား စွန့်ခန္ဓာကိုယ် စွန့်လှူရကျိုး။ လှူဒါန်းထားလျှင် ကြောက်မက်ဖွယ် အာရုံထင်လာသော် မကြောက်မထိတ်တော့သည့်အပြင် "ပညာရှိ၊ သင်သည် ရှေးဦးကပင် မိမိကိုယ်ကိုဘုရားရှင်အား အပ်နှင်း စွန့်လှူဒါန်းထားသည် မဟုတ်ပါလော" ဟု ဆင်ခြင်သော ယောဂီအား ဝမ်းမြောက်မှု သောမနဿပင်ဖြစ်၏။

ဥပမာသော်-လူတယောက်မှာ အကောင်းဆုံး အနှစ်သက်ဆုံး အဝတ်တထည်ရှိ၏။ ယင်းကို ကြွက်ကိုက်သော်ရင်း။ ခြစားသော်ရင်း၊စိတ်မချမ်းသာမှု ဒေါမနဿဖြစ်ရာ၏။အဘယ်ကြောင့်နည်း ငါ့ဥစ္စာဟူ၍ သိမ်းပိုက်ထားသောကြောင့်တည်း။ သို့မဟုတ် ယင်းအဝတ်ကို သက်နှန်းမရှိသော ရဟန်းတပါးအား လှူရာ၏။ ရဟန်းတော်သည် ထိုအဝတ်ကို အပိုင်းပိုင်း ဖြတ်၍ သင်္ကန်းချုပ်သော် ဝမ်းမြောက်မှု သောမနဿပင် ဖြစ်ရာ၏။ အဘယ်ကြောင့်နည်း ဝါ့ဥစ္စာမဟုတ် သင်္ကန်းအတွက်လှူထားပြီးဖြစ်သောကြောင့်တည်း။

ဤ၌ မလှူရသေးသော အဝတ်နှင့် မလှူရသေးသော ခန္ဓာကိုယ်တို့၏၊ လှူပြီးသား ခန္ဓာကိုယ်နှင့် လှူပြီးသားအဝတ်တို့၏။(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ)

၆။ သီလ ခံယူခြင်း။

"အဟံ ဘန္တေ နိဗ္ဗာနံ ပဋ္ဌယိတွာ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ သမာဒိယာမိ"

"အရှင်ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်သည် နိဗ္ဗာန်ကို လိုလားတောင့်တ၍ သရဏဂုံ ၃-ပါးနှင့်တကွ ငါးပါး သီလကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ပါ၏" သို့မဟုတ်....

"အဟံ ဘန္တေ နိဗ္ဗာနံ ပတ္ထယိတွာ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ သမာဒိယာမိ"

"အရှင်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်သည် နိဗ္ဗာန်ကို လိုလားတောင့်တ၍ သရဏဂုံ ၃ ပါးနှင့်တကွ အင်္ဂါ ၈ ပါး နှင့် ပြည့်စုံသော ဥပုသ်သီလကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ပါ၏" သို့မဟုတ်-

"အဟံ ဘန္တေ နိဗ္ဗာနံ ပတ္ထယိတွာ တိသရဏေန သဟ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလံ သမာဒိယာမိ"

"အရှင်ဘုရား၊ ဘုရား တပည့်တော်သည် နိဗ္ဗာန်ကို လိုလားတောင့်တ၍ သရဏဂုံ ၃ ပါးနှင့်တကွ အသက်မွေးခြင်း လျှင် ၈ ခုမြောက်သော သီလကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည် ပါ၏"

သီလခံယူရကြောင်း ပြဆိုခဲ့သော သီလမျိုးတို့တွင် မိမိတို့ ကြိုက်နှစ်သက်ရာ သီလ တမျိုးမျိုးကို ခံယူဆောက်တည်ပါ။ အဘယ်ကြောင့် သီလခံယူဆောက်တည်ရသနည်းဆိုသော် အကျယ်ကို "သီလဝတ္ထု"တွင်ရှုပါ။ အကျဉ်းမူ ဤသို့ကြောင့်ဖြစ်ပေ၏။

"တခုသော ညသန်းကောင်ယံ အချိန်ဝယ် ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်ဘုရားရှင်ထံ မှောက်သို့နတ်သားတယောက် လာရောက်၍ ဤသို့ လျှောက်ထား၏။

"ဂေါတမနွယ်ဖွား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ တဏှာတည်းဟူသော အတွင်းရှုပ် အပြင်ရှုပ်သည် ရှိနေခဲ့ပါပြီ။ ယင်းတဏှာတည်းဟူသော အရှုပ်သည် သူရောကိုယ်ပါ သတ္တဝါအပေါင်းကို ရှုပ်စေအပ်ပါပြီ။ ထို့ကြောင့် ထိုတဏှာအရှုပ် ဖြေဖြုတ်နိုင်ကြောင်း တရားကောင်းကို မေးလျှောက်ပါ၏။ အဘယ်သူသည် ဤတဏှာအရှုပ်ကို ဖြေဖြုတ်နိုင်ပါအံ့နည်း"

"တိဟိတ်ကမ္မဇ ပဋိသန္ဓေပညာ လုံ့လ ဝိရိယ ပါရိဟာရိယပညာနှင့် ပြည့်စုံသော သံသရာဘေးကို ရှုတတ်သည့် ယောဂီသည် သီလ၌ ရပ်တည်ပြီး၍ သမာဓိ စိတ်ခွတ်နှင့် ဝိပဿနာပညာကို ရှုပွားသည်ရှိသော် ဤတဏှာအရှုပ်ကို ဖြေဖြုတ်နိုင်ရာ၏" (သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်)။

ဤကား ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်တိုင် ဟောသော သီလလိုအပ်ကြောင်း သာဓက ဖြစ်၏။ တိကင်္ဂုတ္တရ အဋ္ဌကထာတွင်

"ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပန္နောတိ နဝလောကုတ္တရဓမ္မဿ အနုဓမ္မံသဟ သီလေန ပုဗ္ဗဘာဂပဋိပဒံ ပဋိပန္နော" ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားအားလျော်စွာ ကျင့်ခြင်းဟူသည် "ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာတရား အားလျော်သော တရားဖြစ်သော ရှေးအဖို့၌ဖြစ်သော အကျင့်ကို သီလနှင့်တကွ ကျင့်ခြင်းတည်း" ဟူ၍ သိလလိုကြောင်း အထူးဖွင့်ပြ၏။

၇။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားခြင်း

၁။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ အရဟံ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "အရဟံ" မည်တော်မူပါပေ၏။

၂။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် အလုံးစုံသော တရားတို့ကို ကိုယ်တိုင် မှန်ကန်စွာ သိတော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ" မည်တော်မူပါပေ၏။

၃။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် အသိဉာဏ်ဝိဇ္ဇာ အကျင့်စရဏနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္န" မည်တော်မူပါပေ၏။

၄။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ သုဂတော = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် ကောင်းသော စကားကို ဆိုတော်မူတတ်သော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "သုဂတ" မည်တော်မူပါပေ၏။

၅။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ လောကဝိဒူ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် လောကသုံးပါးကို ပိုင်းခြား၍ သိမြင်တော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း 'လောကဝိဒူ' မည်တော်မူပါပေ၏။

၆။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် ဆိုဆုံးမထိုက်သူကိုဆုံးမတော်တတ်သည့် အတုမဲ့ လွန်မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်တော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ" မည်တော်မူပါပေ၏။

၇။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် နတ်လူတို့၏ ဆရာဖြစ်တော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "သတ္ထာဒေဝ မနုဿာန" မည်တော်မူပါပေ၏။

၈။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ ဗုဒ္ဓေါ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် သစ္စာလေးပါးတရားတို့ကို ကိုယ်တော်တိုင်သိ၍ သူတပါးတို့ကို သိစေတော်မူတတ်သော ဤအကြောင်း ကြောင့်လည်း "ဗုဒ္ဓ"မည်တော်မူပါပေ၏၊

၉။ သောဘဂဝါ ဣတိပိ ဘဂဝါ = ထိုမြတ်စွာဘုရားသည် ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း "ဘဂဝါ" မည်တော်မူပါပေ၏။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ၂-နည်း

ဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန်ပွားများခြင်း၊ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် စိတ်ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ တက်ကြွ

စေခြင်းငှာ ပွားများခြင်းနှင့် ဝိပဿနာအကျိုးငှာ ပွားများခြင်း ဟူ၍ ၂-နည်းရှိ၏။ ယင်းတွင် ဤနေရာ၌ စိတ်ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ ဘက်ကြွစေခြင်းငှာ ရည်ရွယ်သည်။

ရေပြင်-မြေထင်

ယင်းဗုဒ္ဓါနုဿတိ အကျိုးအာနိသင်တွေကား များပြား လှ၏။ ဤတွင်မူ အနည်းငယ်မျှ ဖော်ပြပါအံ့။

ဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတွင် သီတင်း သုံးတော်မူစဉ်က သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံသော ဒကာတယောက် သည် နေ့စဉ် ဇေတဝန်ကျောင်းသို့ တရားနာသွားလေ့ရှိ၏။ တနေ့သော် နောက်ကျနေ၏။ လှေရှင်တာလည်း လှေကို ဟိုဘက် ကမ်းတွင် ထားခဲ့၍ တရားနာသွားပြီ၊ ဤဘက်တွင်လှေမရှိတော့၊ တရားနာလည်း သွားလိုလှ၏။

သို့ဖြင့် သူသည် ဘုရားရှင်လျှင် အာရုံရှိသော ပီတိကို ယူလျက် မြစ်သို့ဆင်း၏၊ ခြေနှစ်ဖက်တို့ ရေမနစ်ကုန်၊ ရေပြင်ကို မြေပြင်ကဲ့သို့ပင် သွားနိုင်၏။ ရေလယ်သို့ရောက်သော် လှိုင်းကြီး ၏။ ယင်းကိုမြင်သော် ကြောက်စိတ်ဝင်လာ၏။ ထိုအခါ သူ၏ ဘုရားရှင်လျှင် အာရုံရှိသော ပီတိသည် အားနည်းသွား၏။ ခြေနှစ်ဖက်တို့ ရေသို့ အတန်ငယ်မြုပ်သွား၏။

သူသည် လှိုင်းကြီးတွေကို မကြည့်မရှု အာရုံမပြုတော့ဘဲ တဖန် ဘုရားရှင်လျှင် အာရုံရှိသော ပီတိကိုဖြစ်စေ၏။ ခြေနှစ်ဖက် တို့ ရေမှပြန်ပေါ်လာ၏။ သို့ဖြင့် သူသည် ဇေတဝန်ကျောင်းသို့ ရောက်၏။ သူ့ကို ဘုရားရှင်က မေး၏။

"ဒကာ.... ဘယ်လိုလဲ၊ ပင်ပန်းခြင်း ကင်းရှင်းစွာနှင့် လမ်းခရီး လာခဲ့ရ၏လော"

"မြတ်စွာဘုရား....ဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော်လျှင် အာရုံ ရှိသော ပီတိကို ဖြတ်စေလျက် ရေပြင်၌ ထောက်တည်ရာကိုရ၍ မြေပြင်ကဲ့သို့ နင်းလာရပါ၏"

"ဒကာ....သင်သာလျှင် ဘုရားကျေးဇူးတို့ကို အောက် မေ့၍ ရေပြင်၌ ထောက်တည်ရာရသည်မဟုတ်သေး၊ ရှေးတုန်း က ဒကာတို့သည် သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ လှေသင်္ဘောပျက်သော် ဘုရားကျေးဇူးတို့ကို အောက်မေ့ကုန်သည်ဖြစ်၍ ထောက်တည် ရာကို ရဘူးကုန်၏" (သီလာနိသံသဇာတ်)

မဂ်-ဖိုလ်ရနိုင်

"ဥပါသကာတို့၊ ဘုရားဂုဏ်ကျေးဇူးကို အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့ခြင်းသည် သောတာပတ္တိမဂ်ဖိုလ်၊ သကဒါဂါမိ မဂ်ဖိုလ်၊ အနာဂါမိမဂ်ဖိုလ်–အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်၏"

(ကေနိပါတ်ဇာတ်အဋ္ဌကထာ)

"ရဟန်းတို့ ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ် သော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားသည် စင်စစ် ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့ခြင်းငှာ ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ တပ်စွန်းခြင်းကင်းသော မဂ်ဖိုလ် ရခြင်းငှာ ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ တပ်စွန်းတတ်သော တဏှာချုပ်ခြင်းငှာ ဝဋ်ဆင်းရဲချုပ်ငြိမ်းခြင်းငှာ ထူးမြတ်သောဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို သိခြင်းငှာ အရဟတ္တဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို သိခြင်းငှာဖြစ်၏။

(ကေနိပါတ်အင်္ဂုတ္တိုရ်)

လိုတ-ရနိုင်

"သမထ ဘာဝနာတို့တွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာကို ပွားများလော့၊ ဤဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများသည်ရှိသော် စိတ်နှလုံး အလို ဆန္ဒရှိသမျှအလုံးစုံ ပြည့်စုံလိမ့်မည်"

(သုဘူတိ ထေရအပဒါန်)

၈။ မေတ္တာပွားခြင်း

၁။ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်–စိတ်ပြည့်ပါစေ။

၂။ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ဘယာဘေးမှ ဝေးပါစေ။

၃။ လန့်တတ်–မလန့်တတ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၄။ မြင်ဘူး-မမြင်ဘူး နှစ်ဦးများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၅။ မြင်အပ် မမြင်အပ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၆။ ဝေးနေ နီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၇။ ဘဝဇာတ်သိမ်း မသိမ်းများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၈။ သန္တေ ပဝတ္တိ နှစ်ရှိမျှားစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၉။ ရှည် တို လယ်လတ် သုံးရပ်မျှားစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၁၀။ ကြီး၊ ငယ်၊ လယ်လတ် သုံးရပ်မျှားစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၁၁။ ဝိုင်း သေး လယ်လတ် သုံးရပ်မျှားစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

၁၂။ တယောက်သူကား တယောက်အား လှည့်စားအပြု ကင်းပါစေ။

၁၃။ တရပ်ရပ်တွင် တယောက်မြင် မာန်ဝင်ထေမဲ့ ကင်းပါစေ။

၁၄။ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်ထင့် ဒေါသဖြင့် ပြုကျင့် ဆင်းရဲ ကင်းပါစေ။

ဤမေတ္တာ ပွားနည်းမှာ မရိတ်ကြီးလာ မေတ္တာ သုတ်မှ မေတ္တာပို့နည်းကို အများသိလွယ်အောင် ရေးထား ခြင်းဖြစ်၏။ ယင်းတွင် "ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ"ဟု သုံးနှုန်းထားသည်မှာ မူသစ်ထွင်ထားသည် မဟုတ်ပါ၊ ဆရာ တော်များ ဆုပေးသည့်အခါ သတိပြုကြည့်ပါ။ "ပြည့်ပါစေ"ဟု အသုံးများ၏။ "တဖန် ပြည့်ပါစေ" အသုံးမှာ မရှိသေးတာ ကို ပြည့်စေသည့် သဘော သက်ရောက်၏။ ထို့ကြောင့် ဤတွင် ပြည့်ပါစေဟု သုံးနှုန်းထားပါသည်။

ယင်းမေတ္တာသုတ်လာမေတ္တာပွားနည်း

ကရုဏာပွားနည်း ကိုမှီး၍ ကရုဏာပွားလိုသော် "ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု" ဟူသောကရုဏာပွား ပါဠိကို "ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ" ဟု ပြန်ဆို၍ အောက်ပါအတိုင်း ပွားများရာ၏-

၁။ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၂။ လန့်တတ်၊ မလန့်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၃။ မြင်ဘူး၊ မမြင်ဘူး နှစ်ဦးများစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ၊

၄။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၅။ ဝေးနေ၊ နီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၆။ ဘဝဇာတ်သိမ်း၊ မသိမ်းများစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၇။ သန္တေ၊ ပဝတ္တိ နှစ်ရှိများစွာသတ္တဝါ ဒုက္ခာခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၈။ ရှည်၊ တို၊ လယ်လတ် သုံးရပ်များစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၉။ ကြီး၊ ငယ်၊ လယ်လတ် သုံးရပ်များစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

၁၀။ ရိုင်း၊ သေး၊ လှယ်သတ် သုံးရပ်များစွာ သတ္တဝါ ဒုက္ခာခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ။

မုဒိတာပွားလိုသော်'ယသာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိ

မုဒိတာပွားနည်း တော မာဝိဂစ္ဆန္တု'' ဟူသောမုဒိတာပွား ပါဠိကို ''ရတာလျော့ခြင်း ကင်းပါစေ''ဟု ပြန်ဆို၍ အထက်ပါကရုဏာပွားနည်းအတိုင်းပွားလေ။ ''ရတာလျော့ခြင်း ကင်းပါစေ''ဆိုသည်မှာမိမိတွင်ရရှိသားတဲ့ပစ္စည်းဥစ္စာ အခြံအရံ ဂုဏ်သတင်းကျော်စောခြင်း စသည်တို့မှ လျော့နည်းခြင်းကင်းပါစေဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်၏။

ဥပေက္ခာပွားလိုသော်''ကမ္မဿကာ''ဟူ

ဥပေက္ခာပွားနည်း သော ဥပေက္ခာပွား ပါဠိကို''ကံသာ မူလပိုင်ကြပေ''ဟု ပြန်ဆို၍ ကရုဏာပွားနည်း ၁၀ ပုဒ်မှ အဆုံးအပိုဒ်''ဒုက္ခာ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းပါစေ'' ဖြုတ်၍ ''ကံသာ မူလပိုင်ကြပေ။''ထည့်၍ ပွားပါ။

အထူးမှာ....ဤဥပေက္ခာပွားရာတွင် မေတ္တာကရုဏာ မုဒိတာ''တို့ကဲ့သို့ ''ပြည့်ပါစေ''ဟူ၍ ''စေ''နှင့် ပွား၍မရပါ။ ''ကံသာကိုယ်ပိုင် ဥစ္စာရှိပါပေတယ်'' စသည်ဖြင့် ဝမ်းသာတဲ့ဘက်သို့လည်းမပါ၊ ဝမ်းနည်းတဲ့ဘက်သို့လည်း မရောက်စေဘဲ ယင်းနှစ်မျိုးတို့၏ အလယ် အလတ် သဘောနှင့်ပွားရမည်။

မေတ္တာပွားကျိုး

* မေတ္တာပွားကျိုးသည် များပြားလှ၏။ ယင်းမှ အနည်းငယ် ထုတ်ပြပါအံ့–

"အခါတပါး ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းတို့ကို ခေါ်တော်မူ၍ ဤသို့မိန့်တော်မူ၏—

"ရဟန်းတို့၊ရှိသေလေးစားစွာ မှီဝဲအပ်ပွားစေအပ်များစွာပြုအပ်သော ယာဉ်ကဲ့သို့ ပြုအပ်တည်ရာကဲ့သို့ ပြုအပ် ဆောက်တည်အပ် လေ့ကျက်အပ်ကောင်းစွာအားထုတ် အပ်သော မေတ္တာနှင့် ယှဉ်သည့် စေတော ဝိမုတ္တိကြောင့် ၁၁—ပါး ကုန်သောအကျိုးတို့သည် မချွတ်ဧကန် အမှန် ဖြစ်ကုန်၏။ ယင်းတို့ကား:—

၁။ ချမ်းသာစွာအိပ်ရ၏၊
၂။ ချမ်းသာစွာနိုးရ၏၊
၃။ ယုတ်မာ ဆိုးဝါးသော အိပ်မက်များကို မမြင်မက်ရ၊
၄။ လူတို့ချစ်ခင်၏၊
၅။ နတ်တို့ချစ်ခင်၏၊
၆။ နတ်တို့စောင့်ရှောက်၏၊
၇။ မီးမလောင် အဆိပ်မသင့် လက်နက်မစူးရ၊
၈။ စိတ်တည်ကြည်၏၊
၉။ မျက်နှာအဆင်းကြည်လင်၏၊
၁၀။ မတွေဝေဘဲ သေရ၏၊
၁၁။ ဤဘဝမဂ်ဉာဏ်ကို ထိုးထွင်း၍ မရခဲ့သော်ဗြဟ္မာ့ပြည်သို့ လားရ၏၊

ဟူ၍ ၁၁—မျိုးတို့ မချွတ်ဧကန် အမှန်ဖြစ်ကုန်၏။

ရည်ညွှန်း—မရည်ညွှန်း

ရဟန်းတို့၊ ရဟန်းမည်သည်ကား ခပ်သိမ်းကုန်သော သတ္တဝါတို့၌ "ရည်ညွှန်း–မရည်ညွှန်း" ၏အစွမ်းအားဖြင့် မေတ္တာကိုပွားစေအပ်၏။—

၁။ မိမိ၏ အစီးအပွားကို လိုသောသူကိုလည်း အစီးအပွားကိုလိုသော စိတ်ဖြင့် နှံ့စေအပ်၏။
၂။ မိမိ၏ အစီးအပွားကို မလိုလားသော သူကိုလည်း အစီးအပွားကို လိုသောစိတ်ဖြင့် နှံ့စေအပ်၏။
၃။ မိမိ၏အစီးအပွားကို လိုသည်လည်းမဟုတ်၊ မလိုသည်လည်းမဟုတ် လျစ် လျူရှုသောသူကိုလည်း အစီးအပွားကိုလိုသော စိတ်ဖြင့် နှံ့စေအပ်၏။

ဤသို့ခပ်သိမ်းကုန်သောသတ္တဝါတို့၌ "ရည်ညွှန်း–မရည်ညွှန်း" ၏ အစွမ်းအားဖြင့် မေတ္တာကိုပွားစေအပ်၏။ ကရုဏာ မုဒိတာနှင့် ဥပေက္ခာကိုလည်းပွားစေအပ်၏။ လေးပါးကုန်သော ဗြဟ္မာ့ဝိဟာရ ဘာဝနာတို့ကို ပွားအပ်သည် သာလျှင်တည်း။ (အရဏဇာတ်–ဒုကနိပါတ်)။

ချောက်လှန့်ခံရ

"အခါတပါး ရဟန်းငါးရာတို့သည် ဘုရားရှင်ထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်း သင်ယူပြီးလျှင် ဟိမဝန္တာနှင့် တစပ်တည်း တည်နေသော တောအုပ်တခုသို့ ဝင်ရောက်ကာသစ်ပင်ရင်းများ၌ တရားအားထုတ် နေကြကုန်၏။ ထိုရဟန်းတော်တို့၏ သီလဘန်ခိုး

ကြောင့် သစ်ပင်များရှိ ရုက္ခစိုး နတ်များမှာ သစ်ပင်ပေါ်၌ မနေဝံ့ကြဘဲ ကလေးများကို လက်ဆွဲကာ လှည့်လည်နေကြရကုန်၏။

တနေ့ပြန်ကြွနိုးနိုးနှင့် စောင့်ခံမျှော်နေခဲ့ရာ ဝါဆိုသပြည့်ကျော်ခဲ့သဖြင့် အရှင်မြတ်များ မပြန်တော့မည်ကို သိရ၍ မနေဝံ့အောင် ညဥ့်အခါ ကြောက်မက်ဖွယ် အဆင်းအသံများ ပြကာ အနံ့ဆိုးများ လွှတ်လျက် ခြောက်လှန့် ကြတော့၏။ ရဟန်းတော်များ ထိပ်လန့်ကြ၍ ရောဂါအမျိုးမျိုး ရကုန်၏။ သမာဓိလဲမရသဖြင့် မိမိတို့ ဤအရပ်မှာ ဆက်လက်မနေသင့်ဟု ဆုံးဖြတ်ပြီးလျှင် ဝါးတွင်း၌ပင် ဘုရားရှင်ထံ ပြန်၍အကြောင်းကိုလျှောက်ကြကုန်၏။

နတ်များဝတ်ပြု

ဘုရားရှင်လည်း ဤရဟန်းများမှာ ထိုနေရင်းအရပ်မှ လွဲ၍ အခြားသပ္ပါယဖြစ်ရာ အရပ်မရှိဟု မြင်တော်မူ၍ ထိုအရပ်သို့ပင် ပြန်လည်နေကြရန် မိန့်တော်မူပြီးလျှင် မေတ္တာသုတ်ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအလို့ငှါရင်း၊ အကွယ်အကာအရံ အတားအလို့ငှာရင်း သင်ကြားပေးတော်မူလိုက်၏။

ရဟန်းတော်များလည်း ပြန်လာကြပြီးလျှင် ဘုရားရှင် သင်ကြားပေးတော်မူသည့်အတိုင်း မေတ္တာသုတ်ကိုရွတ်ဆိုလျက် မေတ္တာဘာဝနာကို ပွားများကြရာနတ်အများက ချစ်မြတ်နိုးကြလျက် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်များပင်ပြုလုပ် စောင့်ရှောက်ကြ၏။ ထို

ရဟန်းများလည်း မေတ္တာဘာဝနာပွား၍ထိုမေတ္တာကို အခြေခံ ဝိပဿနာရှုပွားများ အားထုတ်ရာ ထို၀ါတွင်းမှာပင် အားလုံး ရဟန္တာဖြစ်ကြကုန်၏။(ခုဒ္ဒက ပါဠိ အဋ္ဌကထာ)

နတ်တို့ငိုကြွေးခြင်း

ပါဋ္ဌလိပုတ်ပြည်တွင် ဝိသာခအမည်ရှိ သူကြွယ်တယောက် ရှိ၏။ သူသည် ''သီဟိုဠ်ကျွန်းတွင် စေတီပုထိုးအမျိုးမျိုးတည်း ဟူသောပန်းတို့ဖြင့် တန်ဆာဆင်အပ်၏။ သက်န်းရောင်ဖြင့်တပြောင်ပြောင် တောက်ပ၏''စသည်ဖြင့် သဘင်းကြား၍ မိမိစည်းစိမ်ကို သား-မယားတို့အား အပ်နှင်းပြီး သီဟိုဠ်ကျွန်း မဟာဝိဟာရ ကျောင်းသို့သွားကာ ရဟန်းပြု၏။

ရဟန်း၀ါ၀ါ ဒွေမာတိကာ လေ့လာပြီးသော် လျှောက်ပတ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းသင်၍ တောထွက်ကာ တရားအားထုတ်၏။ တနေရာ၌ လေးလထက်လွန်၍မနေ၊ တနေ့သော် သမာပတ်မှအထ ဤသို့ ဥဒါန်းကျူးရင့်၏—

> ''အို-အချင်းတို့....ငါသည် ရဟန်းပြုသော ကာလမှစ၍ တောတွင်းသို့ ရောက်လာသော ကာလအတွင်း၌ ချွတ်ချော်တိမ်းယိမ်းသော အကျင့်မည်သည်မရှိ၊သူတော်ကောင်းတို့ ရအပ်သော ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို သင်သည် ရတော်ပေစွ။''

ရဟန်းတော် ဝိသာခသည် ယင်းတောမှ စိတ္တလပဗ္ဗတတောင်သို့ သွားရာ တောအုပ်၌ လမ်းနှစ်ခွတွင် ဘယ်သွားရမှန်းမသိဖြစ် နေစဥ် 'ဤလမ်းသည် စိတ္တလတတောင်သို့သွားသောလမ်းတည်း'

ဟု နတ်တို့ ခရီးညွှန်၍ စိတ္တလတတောင်သို့ ရောက်၏။ ယင်းတွင် လေးလနေ၍ "သွားတော့အံ့"ကြံ၍ အိပ်၏။ ထိုစဉ် ငိုကြွေးသံ ကြား၏—

"ငိုကြွေးနေတာ ဘယ်သူလဲ"

"အရှင်ဘုရား....အကျွန်ုပ် သဂေပြပင်စောင့်နတ်ပါ"

"အဘယ့်ကြောင့် ငိုကြွေးနေသနည်း"

"အရှင်ဘုရား ကြွတော့မည်ဆို၍ ငိုကြွေးပါသည်"

"သည်မှာ ငါနေတဲ့အတွက် သင်တို့မှာ ဘာကျေးဇူး ရှိသလဲ"

"အရှင်ဘုရား ဒီမှာနေတဲ့အတွက် နတ်အချင်းချင်း မေတ္တာမျှကြပါကုန်၏၊ အရှင်ဘုရား ကြွသွားတော်မူခဲ့သော် နတ်များရှေးအတိုင်း ခိုက်ရန်များကြပါလိမ့်မည်။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းသော စကားကို ပြောဆိုကြပါကုန်လိမ့်မည်"

"ဒီမှာ ငါနေတဲ့အတွက် သင်တို့မှာ ချမ်းသာစွာနေရ ဘယ်ဆိုလျှင် ကောင်းလှပေ၏"

အရှင်ဝိသာခသည် လေးလ ဆက်နေပြန်၏၊ နောက် လေးလ၌လည်း ထို့အတူနေရပြန်၏ ဤနည်းဖြင့် ယင်း၌ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်စံရလေ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ မဂ်အဋ္ဌကထာ)

နွားမ လှံမစူး

နွားမဘကောင်သည် သားငယ်ကို နို့တိုက်ကာနေ၏။ မုဆိုး လှံဖြင့်ထိုးလိုက်ရာ နွားမကိုယ်၌ထိ၍ ထန်းရွက်အလား ပျော့ခွေလျက် ကျသွား၏၊ လှံ မစူးနိုင်သော ဤနွားမ၏

ခမေတ္တာသည် သား၌ ချစ်စိတ်ထက်သန်ခြင်းမျှသာ၊ ဥပစာရ အပ္ပနာ မေတ္တာစျာန် မဟုတ်သေးချေ။ ထို့ကြောင့် ဒေါ်သကို ာယ်ရှား၍ မဂ်-ဖိုလ်ကို ရည်မှန်းသောသူသည် အာနုဘော် ကြီးမားသော မေတ္တာဘာဝနာကို အဖန်ဖန် ပွားများရာ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ မဂ်အဋ္ဌကထာ)

၉။ မရဏာဿတိပွားခြင်း

၁။ အဓုဝံ မေဇီဝိတံ— ငါ၏ အသက်သည် မမြဲပါ တကား။

၂။ ဓုဝံမေမရဏံ— ငါ၏ သေခြင်းသည် မမြဲပါ တကား။

၃။ အဝဿံမယာ မရိတဗ္ဗမေဝ— ငါသည် မချွတ် ကေန် အမှန် သေရမှာပါတကား။

၄။ မရဏ ပရိယောသာနံ မေ ဇီဝိတံ—ငါ၏ အသက် သည်သေခြင်းလျှင် အဆုံးရှိချေ၏ တကား။

၅။ ဇီဝိတမေဝ အနိယတံ— အသက်ရှင်ခြင်း သည်သာ လျှင်မမြဲပါတကား။

၆။ မရဏံ နိယတံ— သေခြင်းကတော့ မြဲပါတကား။

ရက်ကန်းသည်မလေး

အာဠဝီပြည် ဆွမ်းကျွေးပွဲဘခုဘွင် ဘုရားရှင်သည် အထက်ပါ မရဏာဿတိ တရားတော်ကို ဟော၏။ မရဏာဿတိ

မပွားများသူမှာ မြွေကိုမြင်၍ တုတ်-လက်နက် စသည် မပါသူသည် ကြောက်နှံ့သည့်ပမာ ကြောက်ရွံ့လျက် သေရ၏။ မရဏာဿတိ ပွားများသူကား မြွေကိုမြင်ရာ တုတ်-လက်နက် စသည် ပါသဖြင့် ချောက်လှန့်၍သော်၎င်း၊ ဖမ်း၍သော်၎င်း၊ လွှတ်ပစ်လိုက်နိုင်သကဲ့သို့ မကြောက်မရွံ့ သေရ၏။ ထို့ကြောင့် မရဏာဿတိကို ပွားကြကုန်လော့။

ပရိသတ်အများမှုကား တရားကိုမေ့ပစ်လိုက်ကုန်၏။၁၆ နှစ်အရွယ် ရက်ကန်းသည့်မကလေးသည် "ဘုရားရှင်တို့၏ တရားစကားတော်သည် "အော်– အံ့ဩဖွယ်ရှိပါပေစွ၊ ငါသည် မရဏာဿတိပွားများသင့်၏" ဟု ယုံကြည်လေးစားစွာ မပြတ်ပွား၏။သုံးနှစ်ကြာသော် ဘုရားရှင်တဖန် ကြွလာ၍ တရားပွဲပရိသတ်ရှေ့တွင် ရက်ကန်းသည့်မကလေးကို မေး၏–

"ချစ်သမီး....သင် ဘယ်ကလာသလဲ"

"မသိပါ အရှင်ဘုရား"

"ဘယ်သို့သွားမှာလဲ"

"မသိပါ အရှင်ဘုရား"

"မသိဘူးလား"

"သိပါတယ် အရှင်ဘုရား"

"သိသလား...."

"မသိပါ အရှင်ဘုရား"

ယင်းသို့ ဖြေဆိုသော် နောက်မှ တရားနာပရိသတ်သည် ကျွတ်စီ ကျွတ်ညံနှင့် "ဤသူငယ်မသည် ဘုရားရှင် မေးတာကို ဖြေချင်ရာ ဖြေနေသည်"ဟု အပြစ်တင်စကားအမျိုးမျိုး ပြောကြားနေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ယင်းပရိသတ်ကို ငြိမ်သက်စေ၍ ထပ်ဆင့်မေးပြန်၏။ ထိုစဉ် ရက်ကန်းသည်မလေးက ရှင်းပြ၏။

"အဘယ်ဘဝက လာသည်ကို မသိ၍ မသိပါ" ဟု ဖြေပါသည်။

"အဘယ်ဘဝသို့ သွားရမည်ကို မသိ၍ မသိပါ"ဟု ဖြေပါသည်။

"သေရမည်ကို သိ၍ သိပါသည်"ဟု ဖြေပါသည်။

"သေရမည့်အချိန်ကိုမသိ၍ မသိပါ" ဟု ဖြေပါသည်။

ထိုအခါ ဘုရားရှင်သည် သာဓုခေါ်၍ တရားဟောတော်မူ၏—

"ဤလောကီ လူအပေါင်းသည် ပညာမျက်စိမရှိသဖြင့် အမိုက်အကန်းဖြစ်၏။ ဤလောကီလူအပေါင်း၌ အနိစ္စ-စသော သဘောကို ရှုမြင်သောသူ နည်းပါး၏။ ပိုက်ကွန်မှ လွတ်ထွက်သော ငှက်သည် အနည်းငယ်သာ ရှိသကဲ့သို့ လူအနည်းငယ်မျှသာ နတ်ရွာ—နိဗ္ဗာန်သို့ သွား၏"

တရားဆုံးသော် ရက်ကန်းသည်မကလေး သောတာပန် တည်၍၊ ကွယ်လွန်သောအခါ တုသိတာနတ်ဘုံ၌ ဖြစ်၏။(ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာ)

သာဝတ္ထိပြည်သား အမျိုးကြောက်တတ်သော ရဟန်း ကောင်း သားတယောက်သည် သာသနာတော်ကို ကြည်ညို၍ ရဟန်းပြု၏။ ထိုသော် သူသည် ကြောက်လန့်တတ်၏။ နေ့ရောညပါ နေရာတကာတို့၌ ကြောက်လန့်တတ်၏။ လေကြောင့် သစ်ရွက် သစ်ခက်ကျသော်၎င်း၊ ငှက်ပျံသံကြားသော်၎င်း။ ဂျိ၊ တောဝက် စသော သားကောင်တို့၏ အသံကို ကြားသော်၎င်း သေဘေးမှ ကြောက်လန့်၍ ပြင်းထန်စွာ အော်ဟစ်ပြေးလေ့ ရှိ၏။

ထိုရဟန်းကား "ငါသည် မချွတ်အမှန် သေရအံ့" ဟု သတိမျှလည်း မရှိ။ မှန်၏။ ထိုရဟန်းသည် "ငါသည် မချွတ် အမှန် သေရအံ့" ဟု အကယ်၍ သိငြားအံ့၊ သေခြင်းဘေးကို ဤမျှလောက် မကြောက်လန့်ရာ၊ ထိုရဟန်းသည် မရဏဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မပွားများသည့်အတွက်ကြောင့်သာ ဤမျှလောက် သေဘေးမှ ကြောက်လန့်ခြင်းဖြစ်၏။ ထိုရဟန်း၏ ကြောက်လန့်ကြောင်း ရဟန်းသံဃာအများသိကြသဖြင့် တနေ့ ဓမ္မသဘင်တွင် ဤသို့ ပြောကြ၏—

"ငါ့ရှင်တို့ ဤမည်သော ရဟန်းသည် သေခြင်းဘေးမှ ကြောက်လန့်၏။ ရဟန်းမည်သည် "ငါသည် မချွတ် ကေန် အမှန်ပင် သေရအံ့" ဟု မရဏဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများသင့်၏။" (ဒုဗ္ဗလကဋ္ဌဇာတ်)

တခါတပါး ဘုရားရှင်သည်
ရဟန်းရှစ်ပါး မရဏဿတိပွား နာတိကရွာ အုတ်ကျောင်း၌
သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် ရဟန်း
တို့ကို ခေါ်တော်မူ၍ ဤစကားကို မိန့်၏—

"ရဟန်းတို့ သေခြင်းကို အောက်မေ့မှု "မရဏဿတိ" ကို ပွားများအပ်၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုအပ်သည်ရှိသော် အကျိုးကြီး၏၊ အာနိသင်ကြီး၏။ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်သို့ သက်ဝင်၏။ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်လျှင် အဆုံးရှိ၏။ ရဟန်းဘို့ သင်တို့သည် မရဏဿတိကို ပွားများကုန်၏လော"

ထိုအခါ မရဏဿတိကို ပွားများသော ရဟန်းတော် ၈-ပါးက အသီးသီး ဤသို့လျှောက်ထားကြ၏—

၁။ "ငါသည် တနေ့တညဥ့်မျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ၊ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမတော်ကို နှလုံးသွင်းရလေရာ၏၊ ငါ့အား စင်စစ် ရဟန်းကိစ္စကို များစွာပြုအပ်သည် ဖြစ်ရာ၏"ဟု ဤပသည့်ဘော် ဤသို့ မရဏဿတိကို ပွားများပါ၏၊

၂။ ငါသည် တနေ့မျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ။

၃။ ငါသည် နေ့ဝက်မျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ။

၄။ ငါသည် ဆွမ်းတထပ်စားအချိန်အတွင်းမျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ။

၅။ ငါသည် ဆွမ်းတထပ်စား အချိန်၏ တဝက်မျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ။

၆။ ငါသည် ဆွမ်းလေးလုပ်-ငါးလုပ်ကို ဝါးမျိုနေချိန်အတွင်းမျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ။

၇။ ငါသည် ဆွမ်းတလုပ်ကို ဝါးမျိုနေချိန်အတွင်းမျှ အသက်ရှင်နေရပါမူကား ကောင်းလေစွ။

၈။ ငါသည် ဝင်လေရှူ၍ထွက်လေထုတ်ချိန်၊ ထွက်လေထုတ်၍ ဝင်လေ ရှူချိန်အတွင်းမျှ အသက်ရှင်ရပါမူကား ကောင်းလေစွ။ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမတော်ကို နှလုံးသွင်းရလေရာ၏။ ငါ့အား စင်စစ်ရဟန်းကိစ္စကို များစွာပြုအပ်သည် ဖြစ်ရာ၏။" ဟု တပည့်တော် ဤသို့ မရဏာဿတိကို ပွားများပါ၏။

ယင်းသို့ မရဏဿတိပွားများသော ရဟန်းတော်ရှစ်ပါးတို့ အသီးသီး လျှောက်ထားပြီးသော် ဘုရားရှင်သည် ဤသို့ မိန့်၏။

"ရဟန်းတို့၊ ရှေးရဟန်း ၆ ပါးတို့ကို မေ့မေ့လျော့လျော့ နေကုန်၏ဟူ၍ရှင်း၊ အာသဝေါတရား ကုန်ခန်းရန် နှန့်နှေးစွာ မရဏဿတိကို ပွားများကုန်၏ဟူ၍ရှင်း ဆိုအပ်ကုန်၏"

"ရဟန်းတို့၊ နောက်ဆုံးရဟန်း ၂ ပါးတို့ကိုကား မမေ့မလျော့ နေကုန်၏ဟူ၍ရှင်း၊ အာသဝေါတရား ကုန်ခန်းရန် ထက်သန်စွာ မရဏာဿတိကို ပွားများကုန်၏ ဟူ၍ရှင်း ဆိုအပ်ကုန်၏"

"ရဟန်းတို့၊ထို့ကြောင့်"မမေ့မလျော့ နေကုန်အံ့၊ အာသဝေါတရားကုန်ခန်းရန် ထက်သန်စွာ မရဏာဿတိ ကို ပွားများကုန်အံ့"ရဟန်းတို့၊သင်တို့ ဤသို့သာကျင့်ရ မည်။ (အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်)။

မရဏာဿတိ အကျိုးတရားကို အကိုး ဘိုက်တွန်းရန်မလို။ အကားနှင့်တကွ ပြခဲ့ပြီ၊ စာရှုသူအား မရဏာဿတိ ပွားများဘို့ တိုက်တွန်း ရန်ပင် မလိုတော့ပါ။ အခန်းသိမ်းအခနနှင့် ဖော်ပြရသော့....

"အဇ္ဇေဝကိစ္စံ အာတပ္ပံ ကောဇညာ
မရဏံသုဝေ ဘဒ္ဒေကရတ် ရှင်တော်မြတ်တို့
ဟောမှတ်အလို ဤလူကိုယ်၌ ကုသိုလ်အစုတ်
အားထုတ်အပ်စွ ဝီရိယကို ကြံရအောက်မေ့
ချိန်မရွေ့ဘဲ ယနေ့ပင်သာ့ ပြုအပ်စွာ၏
သေခါသေချိန် ပြက္ခဒိန်ဝေဖန် နက်ဖြန်
သဘက် သေမည့်ရက်ကို ချိန်းချက်မရှိ
ဘယ်သူသိအံ့"(မဃဒေဝ)

စိတ်ကြည်လင်ရန်သာ

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ မေတ္တာ မရဏာဿတိ တို့ကို ပွားများရန် ညွှန်ထားခြင်းသည် ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း ပွားများဘို့အတွက် စိတ်ကြည်လင်မှု ဘေးရန်ကင်းမှု သံဝေဂ ဟာရားတိုးပွားမှု စသည်ကိုရှေ့ရှု၍ ညွှန်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

စင်စစ် ဗြဟ္မာ့ဝိဟာရ ဘာဝနာကို အပြည့်အစုံ ပွားများလိုသော ယောဂီသည် ရှေးဦးစွာ မေတ္တာဘာဝနာကို ပေါက်ရောက်အောင် အားထုတ်ပွားများပြီးမှ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာ ဘာဝနာတို့ကို အဆင့်ဆင့်တက်၍ အားထုတ်ရာ၏။

၁၀။ ပဋ္ဌာနာပြု—ဆုတောင်းခြင်း

အကျွန်ုပ်သည် ရှေးရှေးဘဝ ယခုဘဝ ပြုပြုသမျှသော ဒါန သီလ ဘာဝနာ ကုသိုလ်တရားအပေါင်းတို့သည် အကျွန်ုပ် အလိုရှိအပ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ကို ရခြင်း ရောက်ခြင်း မျက်မှောက်ပြုခြင်းငှာ လျင်မြန်စွာ ကျေးဇူးပြုပါစေသတည်း။

ပုဂ္ဂိုလ် ၄ မျိုး။

ထိုကြောင့် ပဋ္ဌာနာပြု ဆုတောင်းခြင်း အလုပ်ကိုအလကားဟု မထင်မှတ်ပါနှင့်။

ရှေးက ဘုရားလောင်း ပစ္စေကဗုဒ္ဓ အလောင်း သာဝကအလောင်းတို့၏ လမ်းရိုးလမ်းမှန်ကြီးပင် ဖြစ်ပါ၏၊ဆုတောင်းမှုနှင့် မတောင်းမှု ဘယ်သို့ကွာခြားသနည်း။

၁။ ပုဂ္ဂိုလ်တဦးမှာ သဒ္ဓါ သီလ သုတ စာဂ ပညာ ဆိုတဲ့ တရားငါးပါးရှိတယ်၊ ဆုတောင်းမှုမရှိလျှင် လားရာသုဂတိ ဘဝမဖြစ်ဘူး။

၂။ ပုဂ္ဂိုလ်တဦးမှာ တရားငါးပါးမရှိဘူး၊ဆုတောင်းမှုတော့ ရှိတယ်ဆိုလျှင်လဲ လားရာ သုဂတိဘဝ မဖြစ်ဘူး။

၃။ ပုဂ္ဂိုလ်တဦးမှာ တရားငါးပါးလဲရှိတယ်၊ဆုတောင်းမှုလဲရှိတယ်ဆိုလျှင် မိမိလိုသော လားရာသုဂတိ ဘဝဖြစ်တယ်။

၄။ ပုဂ္ဂိုလ်တဦးမှာ တရားငါးပါးလဲ မရှိဘူး၊ ဆုလဲတောင်းမှုမရှိဘူးဆိုလျှင် သုဂတိဘဝအတွက် မျှော်လင့်ချက် မရှိတော့။

ဥပမာ ကောင်းကင်သို့ ပစ်မြှောက်လိုက်သော ဒုတ်ချောင်းသည် မည်သို့ပြန်ကျလာမည်ဟု သတ်မှတ်ချက်မရှိသလို သတ္တဝါတို့၏ ပဋိသန္ဓေယူခြင်းသည် မမြဲ၊ထို့ကြောင့် ကုသိုလ်ပြုပြီးသော် မိမိလိုရာ သုဂတိအရာဌာန ဆုတခုခုကို တောင်းသင့်၏။အလောင်းတော်များ ထုံးတမ်းနည်းလမ်းကို အစဉ်မှီးပါ။

(သင်္ခါရုပပတ္တိသုတ် အဋ္ဌကထာ)

တရားရနိုင်ပါသလား

ထို့ကြောင့်" ပုဗ္ဗကိစ္စတွေကလဲ များလှချည်လား၊ ပုဗ္ဗကိစ္စပြုတော့ တရားရနိုင်ပါသလား၊ ပုဗ္ဗကိစ္စမပြုတော့ တရားမရနိုင်ဘူးလားဟုလဲ မစောဒနာပါနှင့်၊ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးကို အထူး

သတိပြုပါ။

၁။ အကျဉ်းပြရုံ ဟောရုံနှင့် တရားရနိုင်သူ "ဥဃဋိတညူ ပုဂ္ဂိုလ်"

ဥပမာသော်–ဤပုဗ္ဗကိစ္စ ၁၀ ပါးကို အစဉ်ပြုခဲ့သလို အကျဉ်းမာတိကာ ၁၀ ခု သရုပ်ကို ပြရုံမျှနှင့် တရားရနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးအဘို့မှာ ပုဗ္ဗကိစ္စမလိုပါ။

၂။ အကျယ်ပြရုံ ဟောရုံနှင့် တရားရသူ "ဝိပဉ္စိတညူ ပုဂ္ဂိုလ်"

ဥပမာသော်–ယခု ပုဗ္ဗကိစ္စတို့ကို ၁၀ ပါးလုံး စုံအောင် ရှင်းပြမှ နားလည်သဘောပေါက်၍ တရားရနိုင်သောပုဂ္ဂိုလ်မျိုး အဘို့မှာ ပုဗ္ဗကိစ္စမလိုပါ။တရားပွဲဘွင်ပင် ကိစ္စပြီးနိုင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ် အမျိုးအစားဖြစ်၏။

၃။ အကျဉ်း အကျယ် ဟောရုံနှင့် တရားမရနိုင်သေးဘဲ ပါဠိသင် အဋ္ဌကထာသင် နှလုံးသွင်း ကောင်းကောင်းထား မိတ် ကောင်းလဲ မှီဝဲ တရားလဲနာ ကျက်မှတ် ရွတ်ဖတ် ပြန် အံ့ ဆောင် ထား အဖန်ဖန် အားထုတ်ပွားများနိုင်မှ တရားရနိုင်သူ "နေယျ ပုဂ္ဂိုလ်အဘို့မှာမူ ပုဗ္ဗကိစ္စ လိုအပ်ပါသည်။

၄။ များစွာဟောလဲ မရ များစွာနာကား မှတ်သား ဆောင်ထား ရွတ်ဖတ်ဟောကြား ပို့ချ နှလုံးသွင်းကောင်းလဲရှိ မိတ်ကောင်းလဲမှီဝဲ ကြိုးစားအားထုတ်သော်လဲ ဤဘဝတွင်

တရားမရနိုင်သူ"ပဒပရမပုဂ္ဂိုလ်"အတွက်မှာမူ ပုဗ္ဗကိစ္စ အထူးလိုပါသည်။

"သူတပါးတို့၏ ကြမ်းတမ်းဝန်တို မလိုသောစကားတို့ကို နှလုံးမသွင်းအပ်၊ သူတပါးတို့၏ ကောင်းသောအမှု မကောင်းသောအမှု ပြုမပြုကို မကြည့်ရှု မဆင်ခြင်ရာ၊ မိမိ၏ ကောင်းသောအမှု မကောင်းသောအမှု ပြုမပြုကိုသာလျှင် ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ရာ၏" (ဓမ္မပဒ)

အကျဉ်းချုပ် ပုဗ္ဗကိစ္စ ၁၀ ပါးလုံး ပြုလုပ်ရန် အချိန် မရသော်ငြား၊ မစွမ်းနိုင်သော်ငြား ဆန်တော့ခြင်း ခန္ဓာကိုယ် စွန့်လှူခြင်း ဗုဒ္ဓါနုဿတိ မေတ္တာ မရဏဿတိ ပွားများခြင်း ငါးပါး တို့ကို တော့ ပြုလုပ်ပါ၊ ယင်းတွင်လဲ ဗုဒ္ဓါနုဿတိကို တပါးစီသာ ပွားများ လိုက ပွားများနိုင်သလို မေတ္တာနှင့် မရဏဿတိတို့ကိုလဲ တပုဒ်စီသာ ပွားများလိုက ပွားများနိုင်ပါသည်။

ဣရိယာပုထ် ထို့ကြောင့် ပုဗ္ဗကိစ္စ ၁၀ ပါးတို့ကို ကြိုက်နှစ်သက်သည့် ဣရိယာပုထ် နှင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ပုဗ္ဗကိစ္စ ပြုပြီးသော် တရားကိုလဲ ကြိုက်နှစ်သက်သည့်ဣရိယာပုထ်နှင့်အားထုတ်နိုင်ပါသည်။ ကြိုက်နှစ်သက်သည့် ဣရိယာပုထ်နှင့် ပုဗ္ဗကိစ္စပြုနိုင်သည် ဆိုလျှင် စင်္ကြံလျှောက်၍ ပုဗ္ဗကိစ္စပြုပြီး ထိုင်လျက် တရားအားထုတ်လျှင် ရနိုင်ပါသလားဟု မစောဒနာပါနှင့်၊ အောက်ပါ ပါဠိတော်ကို ရှုပါ....

ဝစသာ မနသာစေဝ
ဝန္ဒာ မေ တေ တထာဂတေ။
သယနေ အာသနေ ဌာနေ၊
ဂမနေစာပိ သဗ္ဗဒါ။

အကျွန်ုပ်သည် ထိုရှင်တော်မြတ်ဘုရားတို့ကို အိပ်သော အခါ၌ရင်း၊ ထိုင်သောအခါ၌ရင်း၊ ရပ်သောအခါ၌ရင်း၊ သွားသောအခါ၌ရင်း အခါခပ်သိမ်း နှုတ်ဖြင့်ရင်း၊ စိတ်ဖြင့်ရင်း ရှိခိုးပါ၏။(အာဋာနာဋိယသုတ်)

အမျှဝေပါ သို့ဖြစ်၍ ကြိုက်နှစ်သက်သည့် ဣရိယာပုထ်နှင့် ပုဗ္ဗကိစ္စပြုပြီး တရားအားထုတ်ပြီးသော် မိမိကဲ့သို့ ကုသိုလ်မပြုနိုင်သူ ကုသိုလ်ပြုခွင့်မရသူများကို မိမိကုသိုလ်ရယူနိုင်သလိုရယူနိုင်ပါစေဟု မေတ္တာထား၍ အမျှဝေပါ။

"ဤသို့ပြုရ ပဏာမနှင့် ဒါန-သီလာ ဘာဝနာဟု မြတ်ကောင်းမှုကို မိဘဆရာ ဉာတကာနှင့် ယမရာဇာ ဣန္ဒာသက္က စတွာဉဿံ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်သမျှ သတ္တဝါအနန္တတို့အား ရကြပါစေ အမျှဝေ၏၊ထိုကုသလ မြတ်ပုညကို အမျှရ၍ ချမ်းသာကြသည် ဖြစ်ကြပါစေ ကုန်သောဝ်....အမျှ....အမျှ.... အမျှ.... ယူတော်မူကြပါ ကုန်လော"(၃)ကြိမ်အမျှဝေပါ။

ဘာဝနာအကြောင်း

ဘာဝနာ — သမထဝိပဿနာ ၂ ပါးလုံး အားထုတ်ရာ ဝယ် မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် တကြိမ်ဖြစ်ပြီး နောက် အထပ်ထပ် တိုးပွားအောင်အားထုတ်ထိုက်သောကြောင့်"ဘာဝနာ"ဟုခေါ်၏။ "ဘာဝေတဗ္ဗာတိဘာဝနာ"ဘာဝေတဗ္ဗာ-မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်၊တိုးပွားစေအပ်ကုန်၏၊ဣတိ-ထို့ကြောင့်၊ဘာဝနာ— ဘာဝနာတို့မည်၏၊ထိုသမထဝိပဿနာ တပါးပါးကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် အားထုတ်မှု တကြိမ်ဖြစ်ပြီးနောက် အထပ်ထပ် တိုးပွားအောင် အားထုတ်မှုကိုလည်း ဘာဝနာဟု ခေါ်သေး၏၊ ဘာဝိယတေ—ပွားများစေခြင်း၊ ဘာဝနာ—ပွားများစေခြင်းပင် ဖြစ်၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ၂ မျိုးမှုကား

ကမ္မဋ္ဌာန် ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အာရုံကမ္မဋ္ဌာန်း အာရမဏိက ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ၂ မျိုး ရှိ၏၊ ထိုတွင် ပထဝီကသိုဏ်း အစရှိသော အာရုံ တေဘူမကသင်္ခါရဟူသော အာရုံများသည် အာရုံ ကမ္မဋ္ဌာန်းတည်း၊ "ကမ္မဿ—ဘာဝနာအားထုတ်မှု၏၊ဌာနံ- တည်ရာ အာရုံတည်း၊ကမ္မဋ္ဌာနံ—ဘာဝနာအားထုတ်မှု၏ တည်ရာအာရုံ "ဤအဓိပ္ပါယ်ကိုရည်ရွယ်၍" ဒုတိယဘာဝနာကမ္မဿ ပဝတ္တိဋ္ဌာန တာယ ကမ္မဋ္ဌာနဘူတံအာရမဏံ" ဟု ဋီကာကျော်ဖွင့်ပြီး။(ဒုတိယ ဘာဝနာကမ္မဿ—၂ ပါး အပြားရှိသော ဘာဝနာကို အားထုတ် မှု၏။ပဝတ္တိဋ္ဌာနတာယ ဖြစ်ခြင်း၏ တည်ရာ၏ အဖြစ်ကြောင့်၊ ကမ္မဋ္ဌာနဘူတံ၊ 'ကမ္မဋ္ဌာန်း' ဖြစ်၍ဖြစ်သော၊အာရမဏံ၊အာရုံကို)။

ပွားများအားထုတ်မှုသည် အာရမဏိက ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းမည်၏၊ကမ္မဿ— နောက်နောက်အားထုတ်မှု၏၊ ဌာနံ တည်ရာဖြစ်သော ရှေးရှေးအားထုတ်မှုတည်း၊ကမ္မဋ္ဌာနံ—နောက် နောက် အားထုတ်မှု၏ တည်ရာဖြစ်သော ရှေးရှေးအားထုတ်မှု၊ "ရှေးရှေးအားထုတ်မှု၌ အခြေတည်၍ နောက်နောက်(အထက် အထက်) အားထုတ်မှုများဖြစ်ရကား ရှေးရှေးအားထုတ်မှုသည် နောက်နောက်အားထုတ်မှုဟူသော ကမ္မ၏ တည်ရာဌာနဖြစ်ကြ သည်" ဟူလို၊ ဤအဓိပ္ပါယ်ကိုရည်ရွယ်၍ "ဥတ္တရုတ္တရယောဂ ကမ္မဿ ပဒဋ္ဌာနတာယကမ္မဋ္ဌာနဘူတံဘာဝနာဝီထိ" ဟု ဖွင့်ပြီ၊

(ဥတ္တရုတ္တရယောဂကမ္မဿ-နောက်နောက်အားထုတ်မှု၏၊ပဒဋ္ဌာန ဘာယ—အခြေခံအကြောင်း၏ အဖြစ်ကြောင့် (နီးစွာသော အကြောင်း၏ အဖြစ်ကြောင့်)၊ကမ္မ ဋ္ဌာနဘူတံ—"ကမ္မဋ္ဌာန်း" ဖြစ်၍ဖြစ်သော၊ဘာဝနာဝီထိံ—ဘာဝနာအစဉ်ကို။)

သမထကမ္မဋ္ဌာန်းဝယ် သိမှတ်ဘွယ်များ

ဒသကသိုဏ်းနိမ့်စ၍ တိကျနိမိတ္တာနိစ ဝေဒိတဗ္ဗာနိ တိုင်အောင်သောစကားတို့ ဖြင့် သမထကမ္မဋ္ဌာန်းဝယ် သိမှတ်ဘွယ် အချက်တို့ကို ပြ၏၊ ထိုအားလုံးအတွက် အကျယ်လာဦးမည်ဖြစ်၍ ဤနေရာဝယ် စရိတအစိပ္ပါယ်ကိုသာ အကျယ်ပြန့်ဦးမည် (သင်္ဂြိုဟ်၌ စရိတဟု ပါဠိပါရှိသော်လည်း အဋ္ဌကထာကြီးများ၌ "စရိယာ"ဟု ရှိသည်၊ စရိုက်သဘောကို ဟောရာ၌ ကိရိယာပုထိကဲ့သို့ စရိယာဟုရှိခြင်းက ကောင်း၏၊ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုဟောရာ၌ကား "ရာဂစရိတော"ဟု ရှိပေသည်။)

စရိယာ အကြောင်းသိမှတ်ဘွယ်အခြင်းအရာများ

စရိယာ

ပင်ကိုယ်ရိုးရာ သူတကာဖြစ်နေကျထက် လွန်ကဲပိုမို၍အဖြစ်များခြင်းကို "စရိယာ" ဟု ခေါ်၏၊ ရာဂစရိုက်ရှိသူသည် ဒေါသ မောဟ ဖြစ်လောက်သည့် အာရုံမျိုး၌ မဖြစ်အောင် ချုပ်တည်းနိုင်သော်လည်း ရာဂဖြစ်လောက်သည့် အာရုံ၌ကား မချုပ်တည်းနိုင်ဘဲ ရှိ၏။ အခြားစရိုက်များလည်း ဤနည်းပင်တည်း

ထို့ကြောင့်"စရဏံ ပဝတ္တနံ စရိယာ"ဟု ဝိဂ္ဂဟ်ပြု၊ စရဏံ ပဝတ္တနံ-မပြတ်မလပ်ဖြစ်ခြင်းသည်၊ စရိယာ-စရိယာ မည်၏၊ (ဝါ)စရိုက်မည်၏။ ဤစရိုက်တို့သည်၊ သတ္တဝါတယောက်လျှင် တမျိုးကျစီသာ ရှိရမည်မဟုတ်၊ အချို့၌ မည်သည့်စရိုက်ဟု အထင်အရှားမရှိ၊ အချို့မှာ ၂ မျိုး ၃ မျိုးစသည်ဖြင့် အရောရောအနှောနှောပင်ရှိ၏။ထို့ကြောင့် ဤဆိုအပ် လတံ့အတိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးအလိုက် စရိုက်အပြားကိုရာသိ၏။

ရာဂါဒိကေ တိကေ သတ္တ သတ္တ သဒ္ဓါဒိ ကေ တိ ကေ၊
ဧကဒ္ဝိ တိက မူလမ္ဟိ မိဿတော သတ္တသတ္တကံ။

ရာဂါဒ္ဝိကေ-ရာဂအစရှိသော၊ တိကေ၊ တိက်၌၊ သတ္တ-၇ မျိုးတို့သည်ရင်း၊ သဒ္ဓါဒိကေ-သဒ္ဓါ အစရှိသော၊ တိကေ၊ တိက်၌၊ သတ္တ-ရင်း၊ဧကဒ္ဝိတိက မူလမ္ဟိ-ဧကမူ ဒွိမူတိမူ၌၊မိဿတော-ရောနှောသော အားဖြင့်၊သတ္တ သတ္တကံ-သတ္တက ၇ လီ သည်ရင်း၊ ဟောတိ ဖြစ်၏။

ရာဂ ဒေါသ မောဟ ၃ ခု၌ တခုစီ
ရာဂါဒိ ကေတိကေ အားဖြင့် ရင်း၊ ထိုက်သလိုရောနှော၍ရင်း
သတ္တ၊ စရိုက် ၇ မျိုးရ၏။ ၁-ရာဂစရိုက်၊ ၂-ဒေါသစရိုက်၊ ၃-မောဟစရိုက်၊ ၄-ရာဂ ဒေါသ စရိုက်၊ ၅-ရာဂ မောဟစရိုက်၊၆-ဒေါသ မောဟစရိုက်၊၇-ရာဂဒေါသ မောဟစရိုက်တည်း(ဤသို့စရိုက်တမျိုးရှိသူ ၂ မျိုးရှိသူ၊ ၃ မျိုး ရှိသူအားဖြင့်ရာဂ ဒေါသ မောဟနှင့် စပ်၍ပုဂ္ဂိုလ် ၇ မျိုးအပြား ရှိသည်။)

သဒ္ဒါဒိကေ တိကေ သတ္တ — ၁—သဒ္ဒါစရိုက်၊ ၂—ဗုဒ္ဓိ၊ ၃—ဝိတက္က၊ ၄—သဒ္ဓါဗုဒ္ဓိ၊ ၅—သဒ္ဓါ ဝိတက္က၊ ၆—ဗုဒ္ဓိဝိတက္က၊ ၇—သဒ္ဓါ ဗုဒ္ဓိ ဝိတက္က စရိုက်။

(ရာဂကို မူတည် သဒ္ဓါစသည်မူလီသွတ်)

ကေမူ — ၁-ရာဂ သဒ္ဓါစရိုက်၊ ၂-ရာဂဗုဒ္ဓိ၊ ၃—ရာဂဝိတက္က၊ ၄—ရာဂ သဒ္ဓါဗုဒ္ဓိ၊ ၅—ရာဂသဒ္ဓါ ဝိတက္က၊ ၆—ရာဂဗုဒ္ဓိဝိတက္က၊ ၇—ရာဂသဒ္ဓါ ဗုဒ္ဓိ ဝိတက္ကစရိုက်၊ ဒေါသကိုမူတည် သဒ္ဓါစသည်ကို မူလီသွတ်၍လည်း ၇—မျိုးတည်း၊ မောဟကိုမူတည်၊ သဒ္ဓါစသည်ကို မူလီသွတ်၍လည်း ၇ မျိုးပင်တည်း။ ဤသို့လျှင်ကေမူ၌ ၇×၃ လီ(၂၁)ရ၏။

ဒွံမူ — ရာဂ ဒေါသကို မူတည် သဒ္ဓါစသည်ကို မူလီသွတ်၍ "ရာဂဒေါသ စရိုက်"စသည်ဖြင့် ၇ မျိုး၊ ရာဂမောဟကိုမူတည်၊ သဒ္ဓါစသည်ကို မူလီသွတ်၍၊ ရာဂမောဟ သဒ္ဓါစရိုက်" စသည်ဖြင့် ၇ မျိုးဒေါသမောဟကိုမူတည် သဒ္ဓါ စသည်တို့ကို မူလီသွတ်၍ "ဒေါသမောဟ သဒ္ဓါစရိုက်"စသည်ဖြင့် ၇ မျိုး ဤသို့လျှင် ဒွိမူ၌လည်း၇×၃လီ(၂၁)ပင် ရ၏။

တိမူ — ရာဂ ဒေါသ မောဟ ၃ ပါးကိုမူတည်၍ သဒ္ဓါစသည်ကို မူလီ သွတ်ရာ၌ကား စရိုက် ၇ မျိုးသာရ၏၊ဤသို့လျှင်"ရာဂါ ဒိကေ တိကေသတ္တ သတ္တသဒ္ဓါဒိကေ တိကေ"အရ သုဒ္ဓစရိုက် ၁၄၊ ကေမူ ဒွိမူ တိမူ အရမိဿက စရိုက် ၄၉ အားဖြင့် စရိုက်ပေါင်း ၆၃ မျိုးပြား၏၊ ထိုထိုစရိုက် ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်အ အပေါင်းလည်း ၆၃ မျိုးပင်တည်း။

စရိုက်အကဲခတ် — ပရစိတ္တ ဝိဇာနန ဉာဏ်ကိုမရလျှင် သူဘာ ပါး၏ စရိုက်ကို သိဘို့ ခဲယဉ်း လှ၏၊ သို့သော်အသွားအလာ အနေအထိုင် ဣရိယာပုထ်ကိုရင်း၊ ထို ထိုကိစ္စ၌ ကျနမကျနကိုရင်း၊ နှစ်သက်တတ်သောအစာအာဟာ ရကိုရင်း၊ ရူပသဒ္ဒ စသော အာရုံ၌ ကြည့်ရှုပုံ နားထောင်ပုံ စသည်တို့ကိုရင်း၊ ကုသိုလ်အ ကုသိုလ်အရာဝယ်များစွာဖြစ်လေ့ ရှိသော ကိုယ်ကျင့်တရားကိုရင်း၊ စဉ်းစားကြည့်ရှု၍ သတိပြု၍ အကဲခတ်လျှင် "မည်သည့် စရိုက်ရှိသူ"ဟု ခန့်မှန်းနိုင်ဘွယ်ရှိပေ သည်။

ဣရိယာ ပထတော ကိစ္စာ ဘောဇနာ ဒဿနာဒိတော၊
ဓမ္မပ္ပဝတ္တိတော စေဝ စရိယာ ယော ဝိဘာဝယေ။

ရာဂစရိုက် ရာဂစရိုက်ရှိသူသည် ဣရိယာပုထ် အားဖြင့် အသွားအလာ အနေအထိုင် ယဉ်ကျေး ပျပ်ဝပ် လျောက်ပတ်ဇမ္ဘယ်ဘင့်တယ်၏။ ကိစ္စအားဖြင့် တံမြက်လှဲမှု အဝတ်လျှော်ဆိုးမှု ဝတ်စား တန်ဆာ ဆင်ယင်မှုတို့၌ ကျနသေသပ်၏၊ ဘောဇဉ်အားဖြင့် အချို အစိမ့် အမွှေးအကြိုင် ပြန့်လိုင်နူးညံ့သော ဘောဇဉ်ကို နှစ်သက်တတ်၏၊ ဒဿနစသည်အားဖြင့် အတော် အတန်လှပသာယာသော ရူပါရုံ သဒ္ဒါရုံနှင့် တွေ့ကြုံလျှင် မခွါချင်အောင် ဖြစ်တတ်၏။ ဓမ္မပ္ပဝတ္တိအားဖြင့် ပရိယာယ် မာယာများ၏ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲမှု သာဌေယျပေါ၏၊ မာနကြီး၏၊ လောဘရမက် ကြီး၏၊

သဒ္ဒါစရိုက် ဆိုခဲ့ရာဂစရိုက်ရှိသူ၌ ပြခဲ့သော ဣရိယာပုထ်စသော ရှေ့ ၄ ပါးသည် သဒ္ဒါစရိုက်ရှိသူ၌လည်း ဖြစ်လေ့ရှိ၏။ သို့သော် သဒ္ဒါစရိုက်ရှိသူ၌ကား ဓမ္မပ္ပဝတ္တိအားဖြင့် မာယာစသော အကုသိုလ်များ ဖြစ်လေ့မရှိဘဲ ကြည်လင်ရွှင်လန်းစွာ စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းလေ့ရှိ၏၊ ရဟန်း သံဃာကောင်း ဝတ်ကျောင်းဘုရားကို ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကာ တရားဒေသနာကို နာယူမှတ်သားလေ့ရှိပေသည်။

(ဆောင်) ရာဂစရိုက်ရှိသူ၌ကား ယာပိုက်လေးတွေ ယဉ်ကျေးလေ၏၊ ထွေထွေကိစ္စပြုသမျှလည်း ကျနခံလတ်လွန်သေသပ်ရှင့် လေးမြတ်ဘွယ်ရေး ဘောဇဉ်

မွေးက ချိုမွှေးစိမ့်အိမ့် လွန်နှစ်သိမ်သတဲ့ မစိမ့်လောက်တုံ၊ ကာမဂုဏ်ကြောင့် အာရုံစွဲကာ ခွဲမခွါတည်း၊ မာယာဗလဝ သာဒေယျနှင့် မာနဖိစီး အလိုကြီး၏၊ ထိုနည်းသဒ္ဒါ စရိုက်မှာမူ မာယာစသော ပြစ်မနှောတဲ့ သာဓမောရှင်လန်း လှုပေးကမ်းလျက် ရဟန်းတော်ပေါင်း ထေရ်ရှင်ကောင်းနှင့် ဝတ်ကျောင်းဘုရား မြတ်တရားကို မှတ်သားနာယူလွန်ကြည်ဖြူသည်ဤသူမွန်မြတ်ပေတကား။

ဒေါသစရိုက် ဒေါသစရိုက် ရှိသူ၌ ဣရိယာပုထ်အားဖြင့် နွားရှူးစူးထိုး နဖါး ကြုံးတင်းသည့် ပုံဟန် လျင်မြန်ရှုံးရှား ခြေဖျားဖြင့် နင်းလျက် ရုန့်ရင်း ကြမ်းတမ်းသော အသွားအလာ အနေအထိုင်ရှိ၏၊ ကိစ္စ လုပ်ငန်းကို ပြုလုပ်ရာဝယ် တင့်တယ်သပ်ရပ်ခြင်းမရှိ၊ ကြည့်ရှုတိုင်း အံဆင်တန်လျက် ချဉ်ငန်စပ်ခါးစူးရှသော အရသာများကိုသာ နှစ်သက်တတ်၏၊ မကောင်းမြတ်သော ရူပသဒ္ဒ စသည့်အာရုံနှင့် တွေ့ကြုံပြန်လျှင် ယမ်းပုံတွင် မီးကျသကဲ့သို့ သည်းခံခအောင့်အည်း ချုပ်တည်းခြင်းမရှိဘဲ ဆိုဘဲ ဝေါက်ငန်း ကြမ်းတမ်း စိတ်တိုတတ်၏၊ ဓမ္မပ္ပဝတ္တိအားဖြင့်ကား ရန်ငြိုးဖွဲ့မှုဟူသော အာဃာတ ဣဿာမစ္ဆရိယနှင့် သူများ ဂုဏ်ကို ချေဖျက်လိုခြင်း ဟူသော မက္ခ၊ ဂုဏ်တု ဂုဏ်ပြိုင်ပြုလုပ်ခြင်း ဟူသော ပဠာသ၊ အဆုံးအမ ခက်ခြင်း ဟူသော ဒုဗ္ဗစတို့ မုချအဖြစ်များလေသည်။

ပညာစရိုက် ပညာစရိုက် ရှိသူ၌လည်း ဇွာရိယာပုထ် စသော ရှေ့သဘောများမှာ ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့်တူ၏၊ သို့သော် စိတ်တိုခြင်း (ကောဓ)စသော အပြစ်များနှင့် မရောနှောဘဲ ဆိုဆုံးမလွယ်ခြင်း၊ စားသောက်ဘွယ်အားလုံး၌ မိမိနှင့် သင့်မသင့်ကို နှိုင်းချင့်၍ စားသောက်လေ့ရှိခြင်း၊ ဘဝဖန်ခါ သံသရာရေးကိုသတိသမ္ပဇဉ်ဖြင့် ဆင်ခြင်မြော်ကြည့်၍ ဂတိကောင်းဘို့ရန် ကုသိုလ်ကောင်းမှုအစုစုကို လုံ့လဝီရိယသန်သန်ဖြင့် မှန်မှန်ကြီးပြုလုပ်လေ့ရှိပေသည်။

(ဆောင်) ဒေါသစရိုက် ရှိသူ၌ကား ယာပိုထ်သေးထွေ ကြမ်းတမ်းလေ၏၊ ထွေထွေကိစ္စ ပြုသမျှလည်း ကျနမဖွယ် မတင့်တယ်တည်း၊ စားဘွယ်ငန်ချဉ် စပ်ခါးမင်၏၊ ငါးအင်အာရုံ မဖွယ်ကြုံလျှင် ယမ်းပုံမီးကျ စိတ်တိုလှ၍ ကောဓထယ်သီး ရန်ငြိုးကြီးလျက် ဖိစီးဠဿ မစ္ဆရာနှင့် မက္ခ၊ ပဠာသ ဒုဗ္ဗစတို့ မှုချဆစ်ပွား အပြစ်များ၏၊ တခြားပညာ စရိုက်မှာမူ ရှေ့လာအားလုံး နည်းတူသုံးလည်း လုံးလုံးကောဓ သည်ဆိုတ်ကွယ် ဆုံးမလွယ်၏၊ စားလွယ် ကသိုဏ်းတွေ့ကြုံတိုင်းလည်း နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန် သုခမိန်တည်း ကြိမ်ကြိမ်နှောင့်လာ သံသရာကို

ပညာသတိ မြှော်ခေါ်ညှိ၍ ဂတိနှောင်
လျှင် ကောင်းအောင်ပြင်သည် လူတွင်သူ
မြတ်ပေတကား။

မောဟစရိုက် — မောဟစရိုက်ရှိသူကား ဖွတ်ပဒတ်အသွင် မယဉ်မကျေးမှိုင်ငေးပေါ့ပျက် ရှုပ်ရှက်ခတ်အနေအထိုင် အသွားအလာ ကြံရိုယာပုထ်ရှိ၏။ လုပ်ငန်းကိစ္စအထွေထွေလည်း ပွေပွေလိမ်လိမ်ပင်တည်း၊ စားသောက်ရာဌာနဝယ် ဘယ်ဟာကိုနှစ်သက်သည်–ဟုအမှတ်တရမရှိ၊ မိမိ အစွမ်းဖြင့်စုံစမ်းနိုင်းချိန်၍ အကောင်း အဆိုးအကြောင်းအကျိုးကို မဆုံးဖြတ်တတ်သဖြင့် အရပ်ရပ်မှာ သူတကာ၏နောက်လိုက်သာဖြစ်သောကြောင့် သူများ ချီးမွမ်းသူကိုမိမိကလည်း ရောရှ၍ ချီးမွမ်းတတ်၏။ သူများကဲ့ရဲ့သူကိုလည်းမိမိကာ ကဲ့ရဲ့တတ်၏၊ သတိပညာ ကင်းလျက် ထိုင်းမှိုင်းဖျင်းအခြင်းဟူသော ထိနမိဒ္ဓ ပျံ့လွင့်ခြင်းဟူသော ဥဒ္ဓစ္စတို့နှင့်ကာလကုန်ရသည်သာများ၏။

ဝိတက်စရိုက် — ဝိဘက်စရိုက် ရှိသူများလည်း မောဟသမားများနှင့်ထူးမခြားပင်တည်း၊အကြံတွေများ စကားတွေပေါလျက် ကိစ္စမနချောတဲ မျောနေသည်ကများ၏၊ ကောင်းသော လုပ်ငန်းဘုသိုလ်လမ်း၌မူ အစွမ်းအစမရှိ ပျင်းရိရိသာတည်း၊ မိမိလိုလူ

ပေါက်ပန်းတို့နှင့် ရောပြွန်းမွှေ့လျော်ကာ ထွေရာ လေးပါး အကြံများလျက် သက်သက်လူအား လူပိုတွေသာတည်း၊

(ဆောင်) မောဟ စရိုက်ရှိသူ၌ကား ယာပိုထ်လေးတွေ ရှုပ်ပွေပွေနှင့် ထွေထွေကိစ္စ ရှုပ်ထွေးစွတည်း၊ ဘောဇနအရာ စားသောက်ပါလည်း ဘယ်ဟာ မိမိ မြဲမရှိခဲ့ ကိုယ်၏အစွမ်း စုံထောက် လှမ်း၍ အဆန်းအရိုး ကြောင်းအကျိုးဟု ကောင်းဆိုး ယုတ်မြတ်မသိတတ်သဖြင့် အရပ်ရပ်မှာ နောက် လိုက်သာတည်း၊ပညာသတိ ကင်းကွာဘိ၍ ထိန မိဒ္ဓ ဥဒ္ဓစ္စနှင့် ကာလကုန်ဆုံး အချိန်ဖြုန်း၏၊ ထုံးနည်းမခြား ဝိတက်များလည်း စကားတွေ ပေါ ကိစ္စမျောလျက် ကောင်းသော လုပ်ငန်း ကုသိုလ်လမ်းမှ အစွမ်းမရှိ ပျှင်းရိရိတည်း၊ မိမိ တို့တမ်း လူ့ပေါက်ပန်းနှင့် ရောပြွမ်း ပျော့ပါး အကြံများသည် လူအား လူပိုတွေဘကား။

ဤပြအပ်ပြီးသည့်အတိုင်း အနေအထိုင်စသည်ကို အကဲ ခတ်တတ်လျှင် မည်သည့်စရိုက် ရှိသူဟု သိနိုင်၏၊ သို့သော်အချို့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ စရိုက်ဘမျိုးတည်းသာမဟုတ် ၂ မျိုး ၃ မျိုးစသည် ရောနှောလျက်ရှိတတ်သောကြောင့်ရင်း၊အသိအလိမ္မာ ဗဟုသုတ များသောကြောင့် အရာရာဝယ် သတိသမ္ပဇဉ်ဖြင့် ဆင်ခြင်၍ ပြင်ဆင် နေထိုင်သူတို့မှာ ပင်ကိုယ်စရိုက်များ အမှန်အတိုင်း

မသင်ရှားသောကြောင့်ဒင်း ပြခဲ့သော ဇာတိယာပုထ် စသည်ကို တထစ်ချ မှန်ပြီဟု မမှတ်ယူထိုက်ပေ၊ ဆရာအစဉ်အဆက် ပြော ဆိုရိုးရှိ၍သာ အဋ္ဌကထာဆရာလည်း ဖွင့်ပြရပေသည်၊ သို့ဖြစ်၍ ပရစိတ္တဝိဇာနနဉာဏ်ရမှသာ စရိုက်အမှန်ကို ကောင်း သိနိုင်ပေ လိမ့်မည်၊

"လူချင်းတူပါလျက် အဘယ့်ကြောင့် စရိုက်ဖြစ်ကြောင်း စရိုက်အမျိုးမျိုးကွဲပြားပါလိမ့်မည်နည်း"

ဟု စဉ်းစားဘွယ်ရှိ၏၊ ရှေးဘဝကုသိုလ် ကံပြုစဉ်က ထိုထိုဘဝစည်းစိမ်ကို လိုလားတောင့်တမှုလောဘခြံ ရံ၍ပြုခဲ့လျှင် ထိုကံအကျိုးပေးရာ ဘဝ၌ ရာဂစရိုက်များတတ် ၏၊ ဒေါသခြံရံ၍ပြုခဲ့လျှင် ဒေါသစရိုက်ရှိတတ်၏၊ အသိဉာဏ် နည်းပါလျက် မောဟကြီးစွာဖြင့် ပြုခဲ့လျှင်မောဟ စရိုက်ရှိတတ် ၏။ ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍ဒင်း ပညာကြီးဘို့ရန် ဆုပန်၍ဒင်း ပညာရေးဆိုင်ရာ ကုသိုလ်များကို ပြုခဲ့လျှင် ထိုကံအကျိုးပေးရာ ဘဝ၌ ဗုဒ္ဓိစရိုက်ရှိတတ်၏၊

သဒ္ဓါ ထက်သန်စွာဖြင့် ပြုခဲ့လျှင် သဒ္ဓါစရိုက်ရှိ တတ်၏၊ ကာမဝိတက် စသည့် မကောင်းသော အကြံ ခြံရံ လျက် ကံပြုလျှင် ဝိတက်စရိုက်ရှိတတ်၏၊ ဤသို့လျှင် စရိုက် အမျိုးမျိုး ကွဲပြားကြောင်းမှာ ရှေးကံသာလျှင် ပဓာနဖြစ်၍ နောက် နောက်ဘဝ၌ မကောင်းသော စရိုက်များ မပါရအောင် ယခုဘဝကံ ပြုရာ ကာလ၌ သဒ္ဓါပညာဖြင့် ခြံရံလျက်ထက်သန် သော ကောင်းမှုများကို တည်ထောင် အားထုတ်ကြရာသည်။

ဝါသနာ ဘဝ ဆက် တိုင်းမှီ

မကောင်းသော အရာ၌ ဝါသနာ ဟူသည်ကိလေသာ၏ သတ္တိတည်း၊ ကောင်းသောအရာ၌ ဝါသနာကား သမ္မာဆန္ဒတည်း၊ ထိုဝါသနာများသည် သတ္တဝါ တို့သန္တာန်၌ အနုသယ ဓာတ်ကဲ့သို့ ဘဝတိုင်းမှာ စွဲကပ်ပါနေတတ်၏၊ ထို့ကြောင့်ရှေးက အားလျော်စွာ ရာဂစရိုက်အားကြီးနေပါမူ ထိုရာဂအတွက် ယောက်ယက်ခတ်သော ဝါသနာသည်စိတ်အစဉ်မှာ စွဲထုံလျက်ရှိရကား ထိုစရိုက်ဆိုးကို ယခုဘဝ၌ တရားသဖြင့် မနှိမ်ချိုးနိုင်ပါလျှင် ထိုဝါသနာအထုံစွဲကပ်၍ နောက်ဘဝများသို့ လိုက်ပါလာတတ်၏။ ဒေါသ၊မောဟ၊ဝိတက်များလည်းဤနည်းပင်တည်း၊ ပညာစရိုက်ရှိသူ၌လည်းစရိုက်အားလျော်စွာအခွင့်သာသလောက် ကြိုးစားပါလျှင် ထိုပညာ၏ အထုံဝါသနာ စွဲကပ်လေရကား နောက်နောင်အခါ သံသရာ တလျှောက်လုံးပင် ပညာတုံးကြီးဖြစ်နေတတ်၏၊ ဘုရားဆုပန်လျှင် ပညာဓိက သာဝကဆုပန်လျှင် အရှင်သာရိပုတြာတို့ကဲ့သို့ ပညာဘက်က ကောဒဂ် ရကြသည်မှာ ထိုဝါသနာ ဘာဂီက ဆက်တိုင်းမှီ နေသောကြောင့်သာ ဖြစ်သည်။ သဒ္ဓါစရိုက်လည်း ဤနည်းပင်တည်း၊ ထို့ကြောင့် ဘဝ၌ မကောင်းသောစရိုက်များ ပပျောက်၍စရိုက်ကောင်းတခုခု အထမြောက်အောင် ထူထောင်ဘို့အရေးကား စဉ်းစားတိုင်း ကြီးလေးကြပေသတည်း။

အာနာပါန ခေါ်ပုံ

"အာနာပါန"ဟု ဆိုလိုက်လျှင်ပင် မြန်မာတို့က မြန်မာစကားလိုပင် သုံးနှုန်းနိုင်လျက်ရှိ၏။ ထို့ပြင်"ဝင်လေ-ထွက်လေ" "ဝင်သက်-ထွက်သက်"ဟုရင်း၊ "ထွက်လေ—ဝင်လေ"၊ "ထွက်သက်-ဝင်သက်"ဟုရင်း၊ မြန်မာလိုလည်း အပြန်အလှန် သုံးနှုန်းနိုင်လျက်ရှိ၏။

မြန်မာတို့က ယင်း အာနာပါနကို အပြန်အလှန်သုံးနှုန်းသလိုပင် ပါဠိ အဋ္ဌကထာများကလည်း အပြန်အလှန် သုံးနှုန်းပြကြသည်။ ချဲ့ဦးအံ့– "အာနာပါန" ကို ပုဒ်ခွဲသော် "အာန" ပုဒ် "အပါန"ပုဒ်ဟူ၍ ၂-ပုဒ်ဖြစ်လာ၏။

ယင်း အာနနှင့် အပါနတို့ကို "အာနန္တိ အဿာသော—အာနဟူသည် အတွင်းဘက် ဝင်လေမည်၏ "အပါနန္တိ ပဿာသော—အပါန ဟူသည် အပြင်ဘက် ထွက်လေမည်၏"ဟု ဖွင့်ပြ၏။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်ပါဠိ)

တဖန် "အာနန္တိ အဗ္ဘန္တရံ ပဝိသနဝါတော–အာနဟူသည် အတွင်းဘက် ဝင်လေတည်း၊ "အပါနန္တိ ဗဟိနိက္ခမန

ဝါတော။ အပါန ဟူသည် အပြင်ဘက် ထွက်လေတည်း''ဟုဖွင့်ပြ၏။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်အဋ္ဌကထာ)

တဖန်''အဿာသောတိ ဗဟိနိက္ခမနဝါတော-အဿာသ ဟူသည် အပြင်ဘက် ထွက်လေတည်း'' ''ပဿာသောတိ အန္တောပဝိသနဝါတော-ပဿာသ ဟူသည် အတွင်းဘက် ဝင်လေတည်းဟု ဖွင့်ပြ၏။ (ပါရာဇိကဏ် အဋ္ဌကထာနှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ)

ညှိပြချက်

ဤဘွင် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်က အာနကို အဿာသနှင့် အပါနကို ပဿာသနှင့် တွဲ၍ ရှင်းပြသည်။ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် အဋ္ဌကထာက အာနနှင့် အပါနကို ကိုင်၍ ရှင်းသည်။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာနှင့် ပါရာဇိကဏ် အဋ္ဌကထာတို့က အဿာသနှင့် ပဿာသတို့ကို ကိုင်၍ ရှင်းပြသည်။ သူ့ရှင်းပြချက်နှင့် သူ မှန်ကြသည်ချည်း ဖြစ်၏။

အဘယ်သို့ မှန်ကြသနည်း၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာနှင့် ပါရာဇိကဏ် အဋ္ဌကထာ တို့အလိုမှာ လူသားတို့ မိခင်ဝမ်းတွင်းမှ မွေးဖွားလာချိန်အစမှာ ထွက်လေက အရင်ထွက်မှုကြောင့် အာန အရ ထွက်လေ အပါနအရ ဝင်လေဟု ယူ၍ ''အာနာပါန-ထွက်လေ-ဝင်လေ''ဟု ဘာသာပြန်ဆိုသည်။

ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်အဋ္ဌကထာ အလိုမှာ အာနာပါန အရ ပြောဆိုနေသည်မှာ မွေးဖွားမှုကိစ္စကို ပြောဆိုနေ၊ ဘုရားဟော

နေသည် မဟုတ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုပွားမှုကိုသာ ပြောဆို ဟောညွှန် နေသဖြင့် သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီအရ လေ၏ အံ့စ—အလယ်—အဆုံး သုံးပါးလုံးကို ရှုပွားကြရာတွင် ယောဂီဟူသမျှ ဝင်လေ အပေါ်ကစ၍ ရှုပွားကြရမြဲဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကိစ္စကို အဓိက ထားပြီး ပြောဆို ဟောညွှန်သော အရာဖြစ်၍ ယင်း အာနနှင့် အပါနအရမှာ ဝင်လေနှင့် ထွက်လေဟု ဘာသာပြန်သည်။ ဤ ဘာဝနာဝတ္ထုတွင် ယင်းကိုမှီး၍ ဝင်လေ—ထွက်လေ ဟုသာ သုံးနှုန်း၍ ပြပါအံ့။

အာနာပါနသတိသမာဓိ

"ဝင်လေ-ထွက်လေ အာရုံပေါ်မှာ သမာဓိ ရနိုင်ရေး အတွက် ရှေ့ပြေး ဖြစ်သော သတိကို ကပ်ပေးကာ ရှုပွားနေမှုကို— "အာနာပါနသတိ"ဟု ခေါ်ဆိုသည်။ တဖန် ဝင်လေ—ထွက်လေတို့ကို ကပ်ပြီး အထပ်ထပ်ရှုပွား သဖြင့် သတိအားကောင်းလာ ချိန်မှာ ထွက်ပေါ်လာသော သမာဓိကို "အာနာပါနသတိ သမာဓိ"ဟု ခေါ်ဆိုသည်။
(ဉာဏ်လျှောကားကျမ်းကြီး)

အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း

"အရှုပွားခံ အာရုံသည် သမာဓိနှင့်ပညာဖြစ်ရာပေါ်ရာလုပ်ငန်း ဌာနဖြစ်၍"ကမ္မဋ္ဌာန်း"ဟုခေါ်သည်။ တဖန် ယင်းအရှုပွားခံ အာရုံသည်ပင် ဆက်ကာ ထပ်၍ ရှုပွားနိုင်ရန် ထောက်ပံ့ချက်တရပ် ဖြစ်ပြန်၍ "ကမ္မဋ္ဌာန်း" ဟု

ခေါ်သည်။ ဝင်လေ–ထွက်လေစုသည် သမာဓိနှင့် ပညာတို့ ပေါ်ထွက်လာရန်အရှုပွားခံအာရုံဖြစ်၍ "အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း" ဟု ခေါ်သည်။ (ဉာဏ်လှကားကျမ်းကြီး)

အာနာပါန ဘာဝနာ အထပ်ထပ်ရှုပွားမှုကို 'ဘာဝနာ' ဟု ခေါ်သည်။ ဝင်လေ–ထွက်လေ အာရုံကို သမာဓိပညာတို့ အားကောင်းလာအောင် အထပ်ထပ် ရှုပွားနေမှုကို "အာနာပါန ဘာဝနာ" ဟု ခေါ်သည်။ ဝင်လေ–ထွက်လေ ဟူသော အာနာပါန အာရုံကို အထပ်ထပ် ရှုပွားချက်ကြောင့် "အာနာပါနဘာဝနာ" ဟု ခေါ်သည်။ (ဉာဏ်လှကားကျမ်းကြီး)

အာနာပါနအကျိုး "ရဟန်းတို့ အာနာပါနဿတိ သမာဓိကို ပွားများအပ်၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်သည်ရှိသော် အကျိုးကြီး၏။ အာနိသင် ကြီး၏။ သံယောဇဉ်ကိုပယ်ခြင်း၊ အနုသယတို့ကိုကောင်းစွာ ခွာခြင်း၊ အဓွန့်ကာလတို့ကို ပိုင်းခြား၍သိခြင်း၊ အာသဝတို့ ကုန်ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။ (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

ရဟန်းတို့ နွေလတို့၏ နောက်ဆုံးလ၌ အထက်သို့လွင့်တက်သော မြူမှုန်ကို အခါမဲ့ သည်းထန်စွာ ရွာသွန်းသော မိုးကြီးသည် တခဏခြင်း ကွယ်ပျောက် ငြိမ်းအေးစေသကဲ့သို့ ဤအတူပင် အာနာပါနဿတိ သမာဓိသည် ပွားများလေ့လာ

အပ်သည်ရှိသော် ငြိမ်လည်း ငြိမ်သက်၏။ မွန်လည်း မွန်မြတ်၊ ထပ်လောင်းဖြည့်စွက်စရာလည်း မလို၊ ချမ်းသာသောနေရာလည်း ဖြစ်၏၊ ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်းသော အကုသိုလ်အယုတ်တရားတို့ကို လည်း တခဏခြင်း ကွယ်ပျောက်ငြိမ်းအေးစေနိုင်၏။ (မဟာဝဂ္ဂ သံယုတ်)

ကိုယ်မပင်ပန်း

"ရဟန်းတို့.... ငါဘုရားသည် ဘုရား မဖြစ်မီ ရှေးအခါက သစ္စာလေးပါး မသိသေးသော ဘုရားလောင်း ဖြစ်စဉ် အာနာပါန သမာဓိကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ် အပ်သော နေခြင်းမျိုးဖြင့် အနေများခဲ့၏။

ရဟန်းတို့၊ ယင်း အာနာပါနဿတိ သမာဓိကို ပွားများ အပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်သော နေခြင်းမျိုးဖြင့် အနေ များခဲ့သော ငါ့အား ကိုယ်မပင်ပန်း မျက်စိတို့ မပင်ပန်းကုန်၊ ငါ၏ စိတ်သည်လည်း မစွဲလမ်းမူ၍ အာသဝတို့မှ လွတ်မြောက် ၏။ ရဟန်းတို့ ထို့ကြောင့်ပင် ဤသာသနာတော်၌ ယောဂီ ရဟန်းသည်—

၁။ "ကိုယ်မပင်ပန်းရာ၊ မျက်စိတို့ မပင်ပန်းကုန်ရာ ငါ၏ စိတ်သည်လည်း မစွဲလမ်းမူ၍ အာသဝတို့မှ လွတ်မြောက် ရာ၏"ဟု အလိုရှိခဲ့မူ—

၂။ "ငါသည် အိမ်နေသူ လူတို့၏ ကာမဂုဏ်ကို မှီသော အောက်မေ့မှု၊ ကြံစည်မှုတို့ကို ပယ်ကုန်ရာ၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၃။ "စက်ဆုပ်ဖွယ် မဟုတ်သော အာရုံ၌ စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု အမှတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၄။ "စပ်ဆုပ်ဖွယ်အာရုံ၌ စက်ဆုပ်ဖွယ် မဟုတ်ဟု အမှတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၅။ "စက်ဆုပ်ဖွယ် အာရုံ၌၎င်း၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် မဟုတ်သော အာရုံ၌၎င်း၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု အမှတ်ရှိသည် ဖြစ်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၆။ "စက်ဆုပ်ဖွယ် အာရုံ၌၎င်း၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် မဟုတ်သော အာရုံ၌၎င်း စက်ဆုပ်ဖွယ်မဟုတ်ဟု အမှတ်ရှိသည် ဖြစ်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၇။ "စက်ဆုပ်ဖွယ်မဟုတ်သော အာရုံကို၎င်း၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် အာရုံကို၎င်း ထိုနှစ်မျိုးစုံကိုကြဉ်၍ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှိသည် ဖြစ်၍ အမျှရှုလျက်နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၈။ "ကာမတို့မှ ဆိတ်၍သာလျှင် အကုသိုလ်တရား တို့မှ ဆိတ်၍သာလျှင် ကြံစည်မှု ဝိတက်၊ သုံးသပ်ဆင်ခြင်မှု ဝိစာရနှင့်တကွဖြစ်သော နီဝရဏကင်း ဆိတ်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်မှုပီတိ၊ ချမ်းသာမှု သုခရှိသော ပဌမစျာန်သို့ရောက်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၉။ ဝိတက် ဝိစာရတို့ ငြိမ်းခြင်းကြောင့် မိမိသန္တာန်၌ စိတ်ကို ကြည်လင်စေတတ်သော စိတ်ဘည်ကြည်မှု သမာဓိကို ပွားစေတတ်သော ကြံစည်မှု ဝိတက်၊ သုံးသပ်ဆင်ခြင်မှု

ဝိစာရမရှိသော တည်ကြည်မှု သမာဓိကြောင့်ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်မှုပီတိ၊ ချမ်းသာမှုသုခ ရှိသော ဒုတိယစျာန်သို့ ရောက်၍နေလို၏”ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၀။ “နှစ်သိမ့်မှု ပီတိကိုလည်း မတပ်မက်ခြင်းကြောင့် လျစ်လျူရှုလျက်နေလို၏၊ သတိသမ္ပဇဉ်နှင့် ပြည့်စုံသည် ဖြစ်၍ ချမ်းသာသုခကိုလည်း ကိုယ်ဖြင့် ခံစားလို၏။ အကြင် တတိယစျာန်ကြောင့် ထိုသူကို ‘လျစ်လျူရှုသူ၊ သတိရှိသူ၊ ချမ်းသာစွာ နေလေ့ရှိသူ’ဟု အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ပြောကြားကုန်၏။ထိုတတိယစျာန်သို့ရောက်၍ နေလို၏”ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၁။ “ချမ်းသာဆင်းရဲကို ပယ်ခြင်းကြောင့်ရင်း၊ ရှေးဦးကပင် လျှင် ဝမ်းသာခြင်း နှလုံးမသာခြင်းတို့၏ ချုပ်ခြင်း ကြောင့်ရင်း ဆင်းရဲချမ်းသာ မရှိသော လျစ်လျူရှုမှု ဥပေက္ခာကြောင့်ဖြစ်သည့် သတိ၏ စင်ကြယ်ခြင်းရှိသော စတုတ္ထစျာန်သို့ရောက်၍ နေလို၏”ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၂။ “အလုံးစုံသော ရူပသညာတို့ကို လွန်မြောက်ခြင်းကြောင့် ထိခိုက်မှု ပဋိဃသညာတို့၏ ချုပ်ခြင်းကြောင့်၊ အမျိုးမျိုး သော နာနတ္တသညာတို့ကို နှလုံး မသွင်းခြင်းကြောင့်၊ ‘‘ကောင်းကင်သည် အဆုံးမရှိ”ဟု စီးဖြန်းကာ အာကာ သာနဉ္စာယတနစျာန်သို့ ရောက်၍ နေလို၏” ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၃။ "အလုံးစုံသော အာကာသာနဉ္စာယတန စျာန်ကို လွန်မြောက်၍ 'ဝိဉာဏ်သည် အဆုံးမရှိ'ဟု စီးဖြန်းကာ ဝိညာဏဉ္စာယတနစျာန်သို့ ရောက်၍ နေလို၏" ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၄။ "အလုံးစုံသော ဝိညာဏဉ္စာယတနစျာန်ကို လွန်မြောက်၍ 'တစုံတရာမရှိ'ဟု စီးဖြန်းကာ အာကိဉ္စညာယတနစျာန်သို့ ရောက်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၅။ "အလုံးစုံသော အာကိဉ္စညာယတန စျာန်ကို လွန်မြောက်၍ နေဝသညာနာသညာယတနာစျာန်သို့ ရောက်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

၁၆။ "အလုံးစုံသော နေဝသညာနာသညာယတနစျာန်ကို လွန်မြောက်၍ သညာဝေဒနာတို့၏ ချုပ်ရာ နိရောဓသမာပတ်သို့ ရောက်၍ နေလို၏"ဟုလည်း အလိုရှိခဲ့မူ—

"ဤအာနာပါနဿတိသမာဓိကိုသာ ကောင်းစွာ နှလုံးသွင်းအပ်၏"

ရဟန်းတို့၊အာနာပါနဿတိသမာဓိကို ဤသို့ ပွားများအပ် ကြိပ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်သည်ရှိသော် သုခ ဒုက္ခ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ခံစားသည်ဖြစ်ခဲ့မူ ထိုသုခ ဒုက္ခ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာသည် မမြဲဟုသိ၏။လွှမ်းမိုး၍ မဘတ်နိုင်ဟုသိ၏။မနှစ်သက်အပ်ဟုသိ၏။သုခ ဒုက္ခ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ခံစားသည်ဖြစ်ခဲ့မူ မယှဉ်သည်ဖြစ်၍ ထိုသုခ ဒုက္ခ ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ခံစား၏။

ရဟန်းတို့ ဥပမာသော်ကား ဆီနှင့်မီးစာကိုစွဲ၍ ဆီမီးသည် တောက်လောင်ရာ၏။ ယင်းဆီနှင့်မီးစာ ကုန်ခြင်းကြောင့် မီးစာမရှိသည်ဖြစ်၍ ဆီမီးငြိမ်းရာသကဲ့သို့ ဤအတူပင် ရဟန်းသည် ကိုယ်အပိုင်းအခြား၊အသက်အပိုင်းအခြားရှိသော ဝေဒနာကို ခံစားသည်ရှိသော် ကိုယ်အပိုင်းအခြား အသက်အပိုင်းအခြားရှိသော ဝေဒနာကို ခံစား၏ဟုသိ၏။ ခန္ဓာကိုယ်ပျက်စီးသည်မှ အထက်ဖြစ်သောနောက်ကာလ၌ အသက်ဆုံးသည့်တိုင်အောင် "ဤဘဝ၌ပင်လျှင်အလုံးစုံသော ခံစားခြင်းဝေဒနာတို့ကို နှစ်သက်အပ်ကုန်သည်ဖြစ်၍ ငြိမ်းအေးကုန်လတံ့" ဟု သိ၏၊ (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

"ဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝ

တမျိုတည်းပွားသော် ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးတော် မူစဉ်

အခါ ရှင်အာနန္ဒာသည် ဘုရားရှင်ထံမှောက် လာရောက်၍ လျှောက်ထား၏"

"မြတ်စွာဘုရား....တမျိုးတည်းသော တရားကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်သည်ရှိသော် တရား ၄ မျိုးတို့ကို ပြည့်စေ၏။ တရား ၄ မျိုးတို့ကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်ကုန်သည်ရှိသော် တရား ၇ မျိုးတို့ကို ပြည့်စေကုန်၏။ တရား ၇ မျိုးတို့ကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်ကုန်သည်ရှိသော် တရား ၂ မျိုးတို့ကို ပြည့်စေကုန်၏။ ဤတရားမျိုးသည် ရှိပါ၏လော"

"အာနန္ဒာ ဤတရားမျိုးသည် ရှိသည်သာတည်း"

"မြတ်စွာဘုရား၊ အဘယ်တရားပါနည်း"

"အာနန္ဒာ အာနာပါနဿတိ သမာဓိတည်း။ ယင်းကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ် အပ် သည် ရှိ သော် သတိပဋ္ဌာန် ၄ ပါးတို့ကိုပြည့်စေကုန်၏။ သတိပဋ္ဌာန် ၄ ပါးတို့ကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်ကုန်သည် ရှိသော် ဗောဇ္ဈင် ၇ ပါးတို့ကို ပြည့်စေကုန်၏။ ဗောဇ္ဈင် ၇ ပါးတို့ကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်ကုန်သည်ရှိသော် အသိဉာဏ် ဝိဇ္ဇာနှင့် လွတ်မြောက်မှု ဝိမုတ္တိတို့ကို ပြည့်စေကုန်၏။ (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

ဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် အခါ ရှင်မဟာကပ္ပိနသည် ဘုရားရှင်၏ မနီးမဝေး၌ တင်ပလ္လင်ခွေပြီးလျှင် ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထား၍ သတိကို ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့ ရှေးရှုဖြစ်စေလျက် ထိုင်နေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ယင်း ရှင်မဟာကပ္ပိနကို မြင်တော်မူသော် ရဟန်းတို့ကို မိန့်တော်မူ၏—

"ရဟန်းတို့၊ ဤကပ္ပိန ရဟန်း၏ကိုယ်တုန်ခြင်း လှုပ်ခြင်းကိုသင်တို့ မြင်ကုန်သလော"

"မြတ်စွာဘုရား၊ သံဃာ့အလယ်၌ရင်း တပါးတည်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ ထို အရှင်မဟာကပ္ပိန ထိုင်နေသည်ကို မြင်ကြရ

သောအခါ ထိုအရှင်မဟာကပ္ပိနဲ့၏ ကိုယ်တုန်ခြင်း လှုပ်ခြင်းကို တပည့်တော်တို့ မမြင်ရပါ ဘုရား"

"ရဟန်းတို့ အာနာပါနသတိ သမာဓိကို ပွားများခြင်း ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ကိုယ်တုန်ခြင်း လှုပ်ခြင်း၊ စိတ်တုန်ခြင်း လှုပ်ခြင်းမဖြစ်၊ ရဟန်းတို့....ထိုရဟန်းသည် ယင်း အာနာပါနသတိ သမာဓိကို အလိုရှိတိုင်း မဆင်းရဲ မပင်ပန်းဘဲ ရ၏" (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

"ထို့ကြောင့်-အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း၏ ဒေသနာမျဉ်းကြောင်း အကျိုး တရား တွေ့ကား များလှ၏။

နည်းလမ်းကောင်း သို့သော် ယင်းအကျိုးတရားတွေ့ရရန် ပြခဲ့ပြီးသော ဒေသနာ မျဉ်းကြောင်း နည်းလမ်းကောင်းတွေနှင့် မိမိအားထုတ်ပုံနှင့် ကိုက်ညီ မကိုက်ညီ ချိန်ထိုးကြည့်ရှုသင့်၏။

ချိန်ထိုးသော် အာနာပါန အားထုတ်သူသည် ငြိမ် သက်၏၊ ကိုယ်မပင်ပန်း မျက်စိတို့ မပင်ပန်းကုန် ကိုယ် မတုန် မလှုပ် စိတ်မတုန်မလှုပ်။ ယင်းသို့ အားထုတ်ပါရဲ့လား၊ ယင်းသို့ အားမထုတ်သော် ဒေသနာမျဉ်းကြောင်းနှင့် ကိုက်ညီပါရဲ့လား စသည်ဖြင့် ချိန်ထိုးကြည့်ပါ။

အာနာပါနဖြင့် အနေများသည်

ဘုရားရှင် ဣစ္ဆာနင်္ဂလရွာ ဣစ္ဆာနင်္ဂလ တောအုပ်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် အခါ ရဟန်းတို့ကို မိန့်တော်မူ၏—

"ရဟန်းတို့၊ ငါသည် သုံးလပတ်လုံး တပါးတည်း ကိန်းအောင်းနေလို၏၊ ဆွမ်းပို့မည့်ရဟန်းမှတပါး ငါ့ထံသို့ မည်သူမျှ မလာရ"

ရဟန်းတို့သည် 'ကောင်းပါပြီမြတ်စွာဘုရားဟု' ဝန်ခံ၍ နေထိုင်ကြကုန်၏၊ ဘုရားရှင်သည် သုံးလလွန်သော် တပါးတည်း ကိန်းအောင်းရာမှ ထတော်မူ၍ ရဟန်းတို့ကို မိန့်တော်မူ၏—

"ရဟန်းတို့၊ သာသနာပြင်ပ အယူရှိကုန်သော ပရိဗိုဇ်တို့က" ငါ့ရှင်တို့၊ ရဟန်းဂေါတမသည် မိုးလပတ်လုံး အဘယ်နေခြင်းမျိုးဖြင့် အနေများသနည်း"ဟု အကယ်၍ မေးကုန်ငြားအံ့၊ ယင်းပရိဗိုဇ်တို့အား "ငါ့ရှင်တို့၊ ဘုရားရှင်သည် မိုးလပတ်လုံး အာနာပါနဿတိသမာဓိဖြင့် အနေများ၏"ဟု သင်တို့ ဖြေကုန်ရာ၏" (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

မြတ်စွာဘုရား၏ နေခြင်း

ရဟန်းတို့ အာနာပါနဿတိသမာဓိကို အရိယာတို့၏ နေခြင်းဟူ၍၎င်း၊ မြတ်သောနေခြင်းဟူ၍၎င်း၊ မြတ်စွာဘုရား၏ နေခြင်းဟူ၍၎င်း၊ ပြောဆိုရာ၏။

ရဟန်းတို့ ကျင့်ဆဲသေက္ခဖြစ်ကုန် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ မရောက်သေးကုန် အတုမရှိသော ယောဂ၏ ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို တောင့်တ၍နေကုန်သော ရဟန်းတို့အား အာနာပါနဿတိ သမာဓိကို ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်သည် ရှိသော် အာသဝကုန်ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။

ရဟန်းတို့ ပူဇော်အထူးကို ခံထိုက်ကုန် အာသဝကုန်ပြီးကုန် မဂ်အကျင့်ကို ကျင့်သုံးပြီးကုန် မဂ်ကိစ္စကို ပြုပြီးကုန် ခန္ဓာဝန်ကို ချပြီးကုန် မိမိအကျိုး အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်ပြီးကုန် ဘဝသံယောဇဉ် ကုန်ပြီးကုန် ကောင်းစွာသိ၍ လွတ်မြောက်ပြီးကုန်သော ရဟန်းတို့အား အာနာပါနဿတိသမာဓိကိုပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်အပ်သည်ရှိသော် ယခုဘဝ၌ပင်ချမ်းသာစွာနေရခြင်းသတိသမ္ပဇဉ်ဉာဏ်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံခြင်းငှာဖြစ်၏။ (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

လူတိုင်းအလုပ်

ထို့ကြောင့် အထက်ပါ ပါဠိတော်အလိုကို အသေအချာရှုကြည့်သော် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းသည် တရားမရသေးသူရော တရားရပြီးသူပါ ရှုပွားရမည့်ကမ္မဋ္ဌာန်းဟူ၍ ဆိုလိုသည်မှာ မထင်ရှားပါလော။ သို့ဖြစ်၍ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ''လူတိုင်းအလုပ်'' ဟူ၍ မှတ်ယူကာ ယင်းအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းပြည့်စုံရေးအတွက် အောက်ပါအချက်တို့ကို လိုက်နာပါ။

အမြန်သိနိုင်

ရဟန်းတို့—

၁။ အမှုသစ်ကို အားထုတ်မှုနည်းပါးခြင်း ကိစ္စနည်းပါးခြင်း မွေးမြူလွယ်ခြင်း အသက်၏ အဆောက်အဦဖြစ်သော ပစ္စည်း ၄-ပါးတို့၌ ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း။

၂။ အစားအသောက်နည်းပါးခြင်း ဝမ်းရေးကို အားမထုတ်ခြင်း။
၃။ အအိပ်နည်းပါးခြင်း၊နိုးကြားမှု၌ အားထုတ်ခြင်း။
၄။ တောဥ္စနေခြင်း အစွန်အဖျားကျသော ကျောင်းလျှောင်နေရာရှိခြင်း။
၅။ ကိုလေသာမှ လွတ်မြောက်တိုင်းသော စိတ်ဆင်ခြင်ခြင်း။
ဟူသော တရား ၅ မျိုးတို့နှင့် ပြည့်စုံသော ယောဂီရဟန်းသည် အာနာပါနဿတိကို ကြိမ်ဖန်များစွာ အလေ့အလာပြုသည်ရှိသော် မကြာမြင့်မီပင် အရဟတ္တဖိုလ်ကို ထိုးထွင်း၍သိနိုင်၏၊(ပဥ္စင်္ဂုတ္တရ)

အလုပ်စခန်းသင် "အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရှုပွားလိုသော ယောဂီသည် ကလျာဏမိတ္တခေါ် ဆရာသမားကောင်းထံသို့ ချဉ်းကပ်၍—

၁။ ဥဂ္ဂဟော—ကမ္မဋ္ဌာန်းပါဠ်အနက်ကို သင်ခြင်း။
၂။ ပရိပုစ္ဆာ—သင်ပြီးကမ္မဋ္ဌာန်း၌ သံသယရှိတာကို မေးခြင်း။
၃။ ဥပဋ္ဌာနံ—နိမိတ်ထင်ဟန်ကို စုံစမ်းခြင်း။
၄။ အပ္ပနာ—ဈာန်ဝင်စားဟန်ကို စုံစမ်းခြင်း။
၅။ လက္ခဏာ—အာမှ သည်အဆုံးတိုင်အောင် ကမ္မဋ္ဌာန်း၏ သဘောကို မှတ်ခြင်း"

ဟူ၍ ၅ ပါးသော အစပ် အဆက် အဆစ်အပိုင်းရှိသော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သင်ယူရာ၏။(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ)

"ဣဓဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရညဂတောဝါ ရုက္ခမူလဂတောဝါ သုညာဂါရဂတောဝါ နိသီဒတိ ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတွာ ဥဇုံ ကာယံပဏိဓာယ ပရိမုခံသတိံ ဥပဋ္ဌပေတွာ"

"ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ သံသရာဘေးကို မြင်မြော်နိုင်သူ ယောဂီရဟန်းသည် တောသစ်ပင်ရင်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ အိမ်၊ကျောင်း၊ဇရပ်၌ ထက်ဝက်ပလ္လင် ဘွဲ့ခွေထိုင်နေ၍ အထက်ပိုင်းကိုယ်ကို ဖြောင့်ဖြောင့်ထားလျက် သတိကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအချက်ဝင်လေ-ထွက်လေဘက်သို့ ရှေ့ရှုခိုင်မြဲစွာထားကာ ရှုပွားအားထုတ်၍ ထိုင်နေ၏"(အာနာပါနသတိသုတ်)

အထက်ပါပါဠိတော်၌ အရညဂတောဝါ လျှော်သောနေရာ စသည်ဖြင့် ပြဆိုခြင်းသည် ယောဂီရဟန်း၏ သတိပဋ္ဌာန် ဘာဝနာအလုပ်အား လျှော်သော့ကျောင်းကို သိမ်းဆည်းခြင်းကို ပိုင်းခြား၍ ပြခြင်းဖြစ်၏။ ယင်းကိုထောက်သော် တရားအားထုတ်ရန် အကောင်းဆုံးနေရာသည် ပဌမတန်းစား တောအုပ်၊ဒုတိယတန်းစား သစ်ပင်ရင်း၊တတိယတန်းစား ဆိပ်ငြိမ်ရာ အိမ်၊ကျောင်း၊ ဇရပ်၊တိုက်ခန်း၊စသည်ဟု မှတ်ပါ။ တောမထွက်နိုင်သူတို့က တောထွက်မှ တရားရမှာလားလို့ ဆိုသော် ယင်းဒေသနာတော်ကို ဖျက်ဆီးရာရောက်သည်။တရားမရနိုင်၊ကြပ်ကြပ်သတိပြု။ (သုတ်မဟာဝါအဋ္ဌကထာ)

ပုံစံခင်း၍ရှင်းအံ့ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသော နွားရိုင်း ကအပ်သောလှည်းသည် လမ်းလွဲလမ်းမှားသို့ ပြေးသွားသကဲ့သို့ ထို့အတူ ရှည်မြင့်စွာသော နေ့ညဥ့်ပတ်လုံး ရူပါရုံအစရှိကုန်သော အာရုံတို့၌ အစဉ်အဆက် သက်ဝင်ကျက်စား သွားလာနေသော ယောဂီရဟန်း၏ စိတ်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတည်းဟူသောခရီးသို့ သွားရောက်ခြင်းငှာ အလိုမရှိ၊ကမ္မဋ္ဌာန်းလမ်းမဟုတ်သော လမ်းလွဲ လမ်းမှားသို့သာလျှင် ပြေးသွား၏၊

ဥပမာသော် ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသော နို့ရည် ကိုသောက်စို့၍ ကြီးပွားသော ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသော နွားငယ်ကို ဆုံးမလိုသော နွားကျောင်းသားသည် နွားမမှ ဖယ်ခွာ၍ အစွန်အဖျားအနားး အရပ်တခု၌ တိုင်ကြီးကြီးကိုစိုက်ကာ ယင်းတိုင်၌ လွန်ကြိုးဖြင့် ဖွဲ့ချည်ရ၏။ယင်းသို့ ဖွဲ့ချည်ထားသည်ရှိသော် ထိုနွားကျောင်းသား၏ ယင်းနွားငယ်သည် ထိုမှဤမှ ရုန်းကန်ကြည့်၍ ထွက်မပြေးနိုင်သည်ရှိသော် ထိုတိုင်သို့သာလျှင်ကပ်၍ ဝပ်ရာ အိပ်ရာသကဲ့သို့—

ထို့အတူ ရှည်မြင့်စွာသော နေ့ညဥ့်တို့ပတ်လုံး အဆင်းမျိုးစုံ ရူပါရုံအစရှိသော အရသာကိုသောက်စို့ခြင်းဖြင့် ကြီးပွားလျက် ကိလေသာသည် ဖျက်ဆီးအပ်သောစိတ်ကို ဆုံးမလိုသော ယောဂီရဟန်းသည် ရူပါရုံအစရှိသော အာရုံမှ ဖယ်ခွာ၍ ဘော

အုပ် သစ်ပင်ရင်း လူရှင်တို့မှ ကင်းဆိတ်သော အိမ်၊ ကျောင်း၊ ဇရပ်သို့ ဝင်ကာ ယင်း၌ သတိပဋ္ဌာန်အာရုံ တည်းဟူသော တိုင်၌ သတိတည်းဟူသော လွန်ကြိုးဖြင့် ဖွဲ့ချည်အပ်၏။

ယင်းသို့ ဖွဲ့ချည်အပ်သည်ရှိသော် ထိုယောဂီရဟန်း၏ ယင်းစိတ်သည် ထိုမှဤမှ ထုတ်လှုပ်၍ ရှေး၌လေ့ကျက်အပ်ပြီးသော ရူပါရုံ အစရှိသော အာရုံကိုမရသည်ရှိသော် တတိတည်းဟူသော လွန်ကြိုးကို ဖြတ်၍ မပြေးနိုင်ရကား ထိုသတိပဋ္ဌာန်တည်းဟူသော အာရုံတိုင်၌ပင် ဥပစာရ အပ္ပနာစျာန်တို့၏ အစွမ်းအားဖြင့် မှီလည်းမှီ၏။ အိပ်လည်း အိပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ရှေးအဋ္ဌကထာဆရာတို့လည်း ဤသို့ ဆိုကုန်၏။

"ဤလောက၌ နွားငယ်ကို ဆုံးမလိုသူသည် တိုင်၌ လွန်ကြိုးဖြင့် ခိုင်မြဲစွာဖွဲ့ချည်ရာသကဲ့သို့ ဤအတူ ဘုရားရှင် သာသနာတော်၌ မိမိစိတ်တည်းဟူသော နွားကို ဆုံးမလိုသူ ယောဂီသည် သတိတည်းဟူသော လွန်ကြိုးဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းတည်းဟူသော အာရုံတိုင်၌ မြဲမြံတင်းကျပ်စွာ ဖွဲ့ချည်ရာ၏"

"တောမင်းသစ်သည် တောရှုပ် တောင်ခေါင်း ခြုံပိတ်ပေါင်း၌ ပုန်းအောင်းတွယ်ကပ်၍ သားကောင်တို့ကို ဖမ်းယူနိုင်သကဲ့သို့ ဤအတူသာလျှင် တောအုပ် သစ်ပင်ရင်း အစရှိသည်တို့၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာရား ကြိုးစားရှုပွားသော ယောဂီသည် အစဉ်အားဖြင့် မဂ် ၄ ပါး၊ ဖိုလ် ၄ ပါးတို့ကို ဖမ်းယူ ရရှိနိုင်၏။" (သုတ်မဟာဝါ အဋ္ဌကထာ)။

တင်ပလ္လင်ခွေ၍

တရားအားထုတ်သောအခါ တင်ပလ္လင်ခွေပြီး ထိုင်၍ အားထုတ်မှုသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်နှင့် အထူးသင့်လျော်သောကြောင့် "နိသီဒတိ ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတ္ဝာ– တင်ပလ္လင်ခွေပြီး ထိုင်၏" ဟု ဟောတော်မူသည်။ စင်စစ်သော်ကား လျောင်း ထိုင် ရပ် သွား လေးပါး ဣရိယာပုထ်လုံး၌ပင် သတိမြဲစွာ ရှုပွားရမည်။ ရှုပွားနိုင်သည်။(အာနာပါန ဒီပနီ)။

ကိုယ်ဖြောင့်မတ်

ထိုင်သော အခါတွင်မူ ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စေရမည်။ ဘယ်ဘက်လဲ မယိမ်းရဘူး၊ ညာဘက်လဲ မတိမ်းရဘူး၊ ရှေ့ကိုလဲ မကိုင်းရဘူး၊ နောက်ကိုလဲ မလန်ရဘူး၊ ယိမ်းလဲ ထိုးမမနေရဘူး၊ ရှေ့ထိုး နောက်ငင်လဲ ဖြစ်မနေရဘူး၊ နိမ့်ချီမြင့်ချီလဲ ဖြစ်မနေရဘူး။ (ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်ပါဠိ)။

ကိုယ်ဖြောင့်ကျိုး

ဤသို့ကိုယ်ကို ဖြောင့်ထိုင်သော် ၁၈ ချောင်းသောကျောက်ကုန်းရိုးတို့ အဖျားခြင်း တဲ့တဲ့ထိမိ၏၊ အရေ အသား အကြောတို့လဲ မကွေး မကောက်၊သို့ဖြစ်၍ အရေ အသား– အကြောတို့ ကွေး ကောက် ခြင်း ကြောင့် ခဏ တိုင်း ဖြစ်မည့် ဆင်းရဲဒုက္ခ ဝေဒနာများ မဖြစ်တော့၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခဝေဒနာများ မဖြစ်သော် စိတ်တည်မှု သမာဓိရ၏၊ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ မလျောကျ၊ တိုးပွားစည်ပင် ပြန့်ပြောခြင်းသို့ရောက်၏၊ (သုတ်သီလက္ခန်အဋ္ဌကထာ)

လိုရင်း ၄ ချက် ဖော်ပြခဲ့ပြီးသော "အလုပ် စခန်းဖွင့်" ပါဠိတော်တို့ကို ကောက်ချက်ချလျှင်—

၁။ ယောဂီနှင့် သင့်လျော်မည့် နေရာကို သိရမည်။
၂။ အားထုတ်နိုင်မည့် ဣရိယာပုထ်ကိုသိရမည်၊
၃။ ထိုင်အားထုတ်မှု အထက်ပိုင်းကို ဖြောင့်မတ်ရမည်၊
၄။ မိမိအားထုတ်မည့် ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံသို့ ရှေ့ရှုသတိထားရမည် ဟူ၍ လိုရင်းအချက် ၄—ချက်ရ၏။

ယင်းလေးချက်နှင့်အညီ ရှုပွားအားထုတ်ပါ။

ပဋ္ဌမစတုက္က

သော—

၁။ သတောဝ အဿသတိ၊ သတောဝ ပဿသတိ။
၂။ ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော၊ 'ဒီဃံ အဿသာမိ' တိပဇာနာတိ၊ ဒီဃံဝါ ပဿသန္တော'ဒီဃံ ပဿသာမိ' တိပဇာနာတိ၊ ရဿံဝါ အဿသန္တော' ရဿံ အဿသာမိ' တိပဇာနာတိ၊ ရဿံဝါ ပဿသန္တော 'ရဿံ ပဿသာမိ' တိပဇာနာတိ။
၃။ "သဗ္ဗကာယ ပဋိသံဝေဒီ'အဿသာမိ'တိ သိက္ခတိ၊ 'သဗ္ဗကာယ ပဋိသံဝေဒီ 'အဿသာမိ'တိ သိက္ခတိ၊
၄။ 'ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ'အဿသိဿာမိ'တိသိက္ခတိ၊ 'ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသာမိ'တိသိက္ခတိ။

ထိုအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုရှုပွားလိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်

၁။ မလစ်စေမူ သတိပြု၍သာလျှင် ဝင်လေကိုရှူ၏၊ မလစ်စေမူ သတိပြု၍သာလျှင် ထွက်လေကိုထုတ်၏။

၂။ ရှည်စွာဝင်လေကို ရှူသော် "ရှည်စွာဝင်လေရှူ၏။" ဟုသိ၏၊ ရှည်စွာထွက်လေကို ထုတ်သော်" ရှည်စွာ ထွက်လေကို ထုတ်၏"ဟု သိ၏၊ တိုစွာ ဝင်လေကို ရှူသော် "တိုစွာဝင်လေကို ရှူ၏"ဟုသိ၏။တိုစွာထွက် လေကို ထုတ်သော် "တိုစွာထွက်လေကို ထုတ်၏" ဟုသိ၏။

၃။ ဝင်လေ၏ အစ–အလယ်–အဆုံး အကုန်လုံးထင် လင်းသည် ဖြစ်၍ ဝင်လေကို ရှူအံ့'ဟု အားထုတ် ၏၊ 'ထွက်လေ၏ အစ–အလယ်–အဆုံး အကုန်လုံး ထင်လင်းသည်ဖြစ်၍ ထွက်လေကို ထုတ်အံ့'ဟုအား ထုတ်၏။

၄။ 'ဝင်လေဟူသော ကာယသင်္ခါရကို အစဉ်အတိုင်း ချုပ်ငြိမ်းစေလျက် ဝင်လေကိုရှူအံ့'ဟု အားထုတ် ၏။ ထွက်လေဟူသော ကာယသင်္ခါရကို အစဉ်အ အတိုင်း ချုပ်ငြိမ်းစေလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့' ဟုအားထုတ်၏။ (အာနာပါနသတိသုတ်)

ရှင်းလင်းချက်

* သတိမြဲရာ ငြမ်းမှာ ဒု–မှာ ရှည်–တိုသိ၊
* အလုံးစုံလင်းရာ တဉ်သာ စမှာ ငြိမ်းစေဘိ။

၁။ ပဌမခန်းမှာ ဝင်လေ ထွက်လေတို့၌ သတိမြဲမှုကို သာ အားထုတ်ရမည်။ အရှည်အတို စသည်တို့ကို နှလုံးမသွင်းရ၊ ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ ထိခိုက်မှု ထင်ရှားရာ နှာသီးဖျား သို့မဟုတ် အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား တခုခု၌ သတိကို ခိုင်မြဲ စွာ ထား၍ ဝင်လေ—ထွက်လေတို့ဝင်တိုင်းထွက်တိုင်း သိအောင် အားထုတ်ရမည်။

၂။ ယင်းသို့ သိမှု ပိုင်နိုင်ပြီးနောက် ဒုတိယခန်း၌ မိမိ ၏ ဝင်လေထွက်လေကို ရှည်လျှင် ရှည်မှန်း၊ တိုလျှင် တိုမှန်းသိ အောင် အားထုတ်ရမည်။ ဝင်လေထွက်လေ အဝင်အထွက် နှေးသည်ကို အရှည်၊ အဝင်အထွက်မြန်သည်ကို တိုဟုဆိုသည်။ သို့ဖြစ်၍ ရှည်မှု တိုမှု နှေးမှု မြန်မှုကိုတခုမလွတ် သိအောင် အားထုတ်ရမည်။

၃။ ယင်းသို့အရှည် အတို အနှေးအမြန်ကို သိမှု ပိုင် နိုင်ပြီးနောက် နှာသီးဖျားမှ ရင်ချိုင့်၊ ရင်းမှ ချက်တိုင်ကျ အောင်ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ အစ—အလယ် အဆုံး အကုန်လုံး ထင်လင်းစွာစိတ်မှာမြင်သိအောင် အားထုတ်ရမည်။

၄။ ယင်းသို့အစ—အလယ်—အဆုံး အကုန်လုံး ထင်လင်း မှု ပိုင်နိုင်ပြီးနောက် ရုန့်ရင်း ကြမ်းတမ်းသော ဝင်လေ ထွက် လေတို့ကို အဆင့်ဆင့် သိမ်မွေ့၍ သွားအောင် အားထုတ်ရမည်။ ၎င်း၌ ဝင်လေ ထွက်လေပျောက်၍ သွားပြီဟု ထင်ရအောင်အား ထုတ်ရမည်။ (အာနာပါန ဒီပနီ)

အဋ္ဌကထာနည်း

* အနှေးအမြန် အစဉ်မှန် နှစ်တန်ရေတွက်နည်း။
* အမြဲအမြန် အတွဲသန် တဖန်ဖွဲ့ထားနည်း။
* ငြိမ်ဝပ် ပြန့်ပြူး စိတ်စိုက်စူး အထူးစိတ်ထားနည်း
အဋ္ဌကထာလာနည်း ၃ နည်းတို့ကား—

၁။ ဝင်လေ ထွက်လေ ထိခိုက်ရာ ၂ ဌာနတွင် မိမိ၌ ထင်ရှားရာ တဌာန၌ အစွဲပြု၍ အစဉ် ရေတွက်နည်းဖြင့် အားထုတ်ရာ၏။

၂။ အလယ်၌ အစဉ်လိုက် နည်းဖြင့် အားထုတ်ရာ၏။

၃။ အဆုံး၌ ဝင်လေ ထွက်လေတို့၌ အခိုင်အမြဲ စိတ်ထားနည်းဖြင့် အားထုတ်ရာ၏။

ဂဏနာနည်း ယင်းတွင် ဂဏနာနည်းခေါ် ရေတွက်နည်းသည် နှေးနှေးရေတွက်နည်း မြန်မြန် ရေတွက်နည်း ဟူ၍ ၂ မျိုးရှိ၏။

ယင်းတွင်—

၁။ ဝင်လေ ထွက်လေထိခိုက်ရာဌာန ၂ ပါးတွင်တပါးပါး၌ စိတ်ကို စူးစိုက်ထား၍ အားထုတ်သော်အခါ အစ၌ စိတ်မငြိမ်သက်သည့်အတွက်ကြောင့် ဝင်လေ ထွက်လေတို့ အချက်တိုင်းစိတ်၌ မထင်ရှားကုန်သေး၊ ယင်းသို့မထင်ရှားသော အချက်ကို မရေတွက်မူ၍ ထင်ရှားသော အချက်ကိုသာ ရေတွက်ခြင်းကြောင့် "နှေးနှေး ရေတွက်နည်း"ဖြစ်၏။ (အာနာပါနဒီပနီ)

ရေတွက်ပုံ

ရေတွက်တောအခါ ဝင်လေထွက်လေ၂ ပါးတွင်ထင်ရှားရာတပါးပါးကို"တစ်" ဟုရေတွက်ရ၏။ ၎င်းနောက် ၂ ပါး လုံးပင် ထင်ရှားသည်ချည်းဖြစ်၍ လာခဲ့လျှင် အစဉ်အတိုင်း ၂–၃–၄–၅ ဟုရေတွက်ရ၏။ မထင်ရှားသည့် အချက်ပါခဲ့လျှင် ယင်းကို မရေတွက်မူ၍ ထင်ရှားသည့်အချက် မတွေ့သေးသမျှကာလပတ်လုံး တန့်ရပ်၍ တစ် တစ် စသည်ဖြင့် ရေတွက်ဆဲအတိုင်းသာထပ်၍ ရေတွက်နေရာ၏။ ထင်ရှားသောအချက်ပေါ်လာမှ နှစ် စသည်ဖြင့် အထက်သို့တက်၍ ရေတွက်ရ၏၊ ငါးသို့ရောက်လျှင် တစ်သို့ပြန်ရ၏။

ဝါရခွဲသော်

တစ်မှစ၍ ငါးတွင်တဝါရ၊ တစ်မှစ၍ ခြောက်တွင်တဝါ၊ တစ်မှစ၍ ခုနှစ်တွင် တဝါရ၊ တစ်မှစ်၍ ရှစ်တွင်တဝါရ၊တစ်မှစ၍ ကိုးတွင်တဝါရ၊ တစ်မှစ၍ တဆယ်တွင် တဝါရအားဖြင့် ၆–ဝါတို့ဖြင့် ရေတွက်ရ၏။ ၎င်းတို့ကို ပဌမဝါရ–ဆဋ္ဌမဝါရ ဟူ၍လည်း အစဉ်အတိုင်းခေါ်ရ၏၊ ဆဋ္ဌမဝါရပြီးလျှင် ပဌမဝါရသို့ ပြန်ပါလေ။ ယင်း ၆–ဝါရလုံးကိုမှ တဝါရဟူ၍လည်းခေါ်ကြသေး၏။ (အာနာပါန ဒီပနီ)

၂။ ယင်းသို့ရေတွက်သဖြင့် ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်းသောလေတို့ ထင်ရှားကုန်သည်ရှိသော် တစ် နှစ် စသော ဂဏန်းချက်လည်း စိတ်၍လာလိမ့်မည်၊ ဝင်လေ ထွက်လေ အချက်များ

လည်း ထင်ရှားသည့်ချည့်း ဖြစ်လာသောအခါ နေ့းနေ့းရေ တွက်နည်းကို လွှတ်၍ မြန်မြန်ရေတွက်နည်းဖြင့် ရေတွက်ရ၏၊ တနှစ်စသော ဂဏန်းချက်မပြတ်မစဲ မြန်ရ၏၊ တခုကိုမျှ သတိ မလစ်စေရ၊ ဝင်လေ ထွက်လေအစဉ်နှင့် ဂဏန်းစဉ်သည်အခုန်အ ကျော်အလစ်အလပ်မရှိစေရ၊ အစဉ်မှန်စေရမည်။

တစ် နှစ် စသော ဂဏန်းချမှုကိုလည်း နှုတ်ဖြင့် ရွတ်ဆို ဖွယ်မရှိ။ စိတ်ဖြင့် ရေတွက်လျှင် ပြီးတော့၍ မရေတွက်သော် လည်း ရေတွက်သည်နှင့် ထပ်တူ အသိစွဲမြဲ၏။ အားထုတ်တိုင်း တခုမျှ အမှတ်မဲ့ လွှတ်မသွား၊ ဝင်လေထွက်လေတို့ ထိရာဌာန ၌သာ သတိထားလျှင် ထိတိုင်းထိတိုင်း သိနေ၏။ ယင်းကို မြန်မြန်ရေတွက်နည်းဟု ခေါ်သည်။ (အာနာပါနဒီပနီ)

စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း

အားထုတ်သူ ယောဂီဘည့် ဝင်လေ ထွက်လေ ထင်ရှားအောင်ဆိုပြီး ဝင်လေ နှင့်တကွ အတွင်းသို့ စိတ်ကို သွင်းပြီး လိုက်လျှင် အတွင်း၌ လေခတ်သကဲ့သို့ငင်း၊ အဆီပြည့်သကဲ့သို့ ငင်း ဖြစ်၏။ ထွက်လေနှင့်တကွ အပြင်သို့ စိတ်ကိုထိရာဌာန မှလွှတ်၍ လိုက်လျှင် အပြင်ဝယ် အထူးထူးသော အာရုံ၌ စိတ် ပျံ့လွင့်၏။ ထိရာထိရာ အရပ်သတိကိုဖြစ်စေ၍ ရှုသော ယောဂီ အားသာ အာနာပါန ဘာဝနာပြည့်စုံ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)။

အနုဗန္ဓနာနည်း ရေတွက်ခြင်း ဂဏန်းသင်္ချာနှင့် ကင်း၍ အခြားအာရုံသို့လဲ စိတ်မထွက် ပြင်ပသို့လဲ ပျံ့လွင့်သည့် ဝိတက်မရှိ၊ ဝင်လေ ထွက်လေ အာရုံ၌ သတိတည်သည့်တိုင်အောင် ရေတွက်နိုင်လျှင် ပဏာနာနည်းလွှတ်၍ထိရာဌာန၌ပင် သတိထားလျက် "ဤကား ဝင်လေ၊ ဤကားထွက်လေ" ဟု ဝင်လေ ထွက်လေသို့ အစဉ်လိုက်၍ ရှုခြင်းကို "အနုဗန္ဓနာနည်း" ဟု ခေါ်၏။ ယင်းသို့ ဝင်လေ ထွက်လေသို့ အစဉ်လိုက်ခြင်းသည် "အစ အလယ် အဆုံး" ၏ အစွမ်းဖြင့် ဆိုသည် မဟုတ်။

ချွဲဦးအံ့၊ ဝင်လေ၏ အစကား နှာခေါင်းဖျား၊ အလယ်ကား နှလုံး၏ အထက်အဘို့၊ အဆုံးကား ချက်တည်း။ ထွက်လေ၏ အစကား ချက်၊ အလယ်ကား နှလုံး၏ အထက်အဘို့၊ အဆုံးကား နှာခေါင်းဖျား နှုတ်ခမ်းဖျားတည်း။ ယင်းဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံးသို့ အစဉ် မလိုက်အပ်၊ ဝင်လေ ထွက်လေတိုင်း မလွတ်စေမူ၍ "ထိရာဌာန" ကနေလျက် ရှုပွားရမည်။ ယင်းကိုပင် "အနုဗန္ဓနာနည်း အစဉ်လိုက်နည်း" ခေါ်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဖုသနည်း "ဖုသနည်း" ဟူ၍ သီးခြားမရှိ၊ ရှေးနည်း ၂ ပါး၌ ဝင်လေပြီ၊ မှန်၏ ထိရာဌာန၌ သတိထားလျက် ရေတွက်ခြင်း အစဉ်လိုက်ခြင်းသည်ပင် "ဖုသနာနည်း" မည်၏။ ဖုသနည်းနှင့် ကင်းသော ဂဏာနာနည်း အနုဗန္ဓနာနည်း ဟူ၍

မရှိ။ ယင်းကို ပုခက်လွှဲသောသူဆွံ့ တံခါးစောင့်သူ လွှသမား ဥပမာတို့ဖြင့် သိစေအပ်၏၊

သူဆွံ့ဥပမာ ပုခက်၌ ကစားနေသော မိသားစု ၂ ယောက်တို့၏ ပုခက်ကိုတိုင်ရင်း၌ ထိုင်၍ လွှဲပေးနေသော ဆွံ့အသူသည် အားမထုတ်ဘဲ ထိုင်ရာကပင် ပုခက်၏ အစွန်း ၂ ဖက် အလယ်ချက်တို့ကို အလိုလိုမြင်ရသကဲ့သို့ ဝင်လေ ထွက်လေထိရာ ဌာန၌ပင် သတိဖြင့် နေလျက် ဝင်လေ ထွက်လေတို့၏ အစ အလယ် အဆုံးကို အလိုလို သိမြင်သည်၊ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

တံခါးစောင့် ဥပမာ တံခါးစောင့်သည် မြို့တွင်း မြို့ပတို့၌မစုံထောက်မူ၍ တံခါးပေါက်၌ ရောက်လာတိုင်းသော သူတို့ကိုသာ စုံစမ်းထောက်လှမ်းသကဲ့သို့ ဝင်လေ ထွက်လေ ထိရာ ဌာနသို့ ရောက်လာတိုင်းသော ဝင်လေ ထွက်လေကိုသာ အာရုံပြုရှုပွားရသည်။

လွှသမားဥပမာ ဝင်လေ ထွက်လေ ထိရာဌာနနှင့် ဝင်လေ ထွက်လေ နှစ်ပါးအားဖြင့် တရား ၃–ပါးတို့သည် တခုတည်းသော စိတ်၏ အာရုံမဖြစ်နိုင်၊ ယင်းသို့မဖြစ်နိုင်သည်ရှိသော် ဝင်လေ ထွက်လေ ထိုရာဌာနဟူသော နိမိတ်နှင့်ဝင်လေ ထွက်လေ ၂ ပါးအားဖြင့် တရား ၃ ပါးတို့ကို အာရုံပြုသောအားဖြင့် မသိသူ ယောဂီ

အား အာနာပါနသတိ ဘာဝနာမပြည့်စုံနိုင်။ အာရုံပြုသော အားဖြင့် သိသူယောဂီအားသာလျှင် ပြည့်စုံနိုင်၏။ (ပဋိသမ္ဘိဒါ မဂ်ပါဠိတော်)

ခွဲဦးအံ့—မြေညီ၌ချထားသော သစ်တုံးကို လွှဖြင့်ဖြတ် ခွဲသော ယောကျ်ားသည် သစ်တုံး၌ ထိခိုက်သော လွှသွားတွင် သာ အာရုံပြု၏။ သို့သော် လာတိုင်း သွားတိုင်းသော လွှသွား သည်လည်း ထင်ရှား၏။ သစ်တုံးကို ဖြတ်သည့်ဝီရိယ ဟူသော ပဓာနလည်းထင်ရှား၏။ ဖြတ်ခြင်း ကိရိယာ ဟူသောပယောဂ ကိုလည်း ပြီးစေ၏။ အစိတ်စိတ်ကွဲပြတ်ခြင်း၊ ယင်းဖြင့် ဇရပ် တန်ဆောင်း အိမ် ကျောင်းဆောက်ရခြင်း အကျိုးထူးကိုလည်း ရ၏။

ထို့အတူ စိတ်ကိုဖွဲ့ချည်ထားကြောင်း သတို၏ မှတ် ကြောင်းဖြစ်သော နှာသီးဖျားအထက် နှုတ်ခမ်းဖျားဟူသော သစ်တုံး၌ ထိခိုက်လာသောဝင်လေထွက်လေဟူသော လွှသွားကို သာ အာရုံပြုသော်လည်းလာတိုင်း သွားတိုင်းသော ဝင်လေ ထွက်လေသည် ထင်ရှား၏။ကိုယ်စိတ်၏ ဘာဝနာမှုအား ခံ ကြောင်းဖြစ်သော ဝီရိယဟူသောပဓာနလည်း ထင်ရှား၏။ ဈာန်ကိုရခြင်းအကြောင်းဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို လုံ့လပြုခြင်း ဟူသော ကိရိယာကိုလည်း ပြီးစေ၏။ သံယောဇဉ်ကင်းပ အနုသယကုန်ခြင်းဟူသော အကျိုးထူးကိုလည်းရ၏။

(ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်)

ဌပနာနည်းလည်း အသီး အခြားမရှိ၊
ဌပနာနည်း ပဋိဘာဂ နိမိတ်ထင်ပြီးသည်မှ နောက်
အပ္ပနာဖြစ်ပေါ်လာအောင် စိတ်ကိုထား
ခြင်း တည်စေခြင်းကိုပင် "ဌပနာနည်း"ခေါ်သည်။ ယင်းသို့ ပွားများသည်ရှိသော် အချို့မှာ မကြာမီနိမိတ်ထင်၏။

ဆက်ဦးအံ့ အချို့မှာ ဂဏနာနည်းမှစ၍ အစဉ်အားဖြင့် ဝင်လေ ထွက်လေအကြမ်းစားချုပ်ငြိမ်းပြီး ကိုယ်ပူပန်ခြင်း ငြိမ်း၏၊ စိတ်လဲပေါ့ပါး၏။ ကိုယ်မှာကောင်းကင်သို့ ပျံတက်ခုန် လွှားသွားတော့မည့်အလားဖြစ်၏၊ မှန်၏၊ မပူပန်သော ကိုယ် သည်လဲ ဝါဂွမ်းကဲ့သို့ပေါ့ပါး၏။

အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်အား ခေါင်းလောင်းကြေးစည်ကို ထိုး နှက်သောအခါ ကြာလေ အသံသိမ်မွေ့ ပျောက်ကွယ် သွားလေ ဖြစ်သကဲ့သို့ ဝင်လေထွက်လေတို့သည် ကြာလေသိမ်မွေ့လေဖြစ် ခါ ပျောက်ကွယ်သွားတတ်၏။

အထူးကိုဆိုဦးအံ့–အာနာပါနမှတပါးသောကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ သည်ကြာလေ ထင်ရှားလေဖြစ်ကုန်၏၊ အာနပါနကား ယင်း သို့မဟုတ်၊ ကြာလေ သိမ်မွေ့လေ ဖြစ်လာ၏။ မထင်ရှားခြင်းသို့ ရောက်တတ်၏။ ယင်းသို့မထင်သော် ယောဂီသည် နေရာမှထ၍ မသွားအပ်။

"ဣရိယာပထံ ဝိကောပေတွာ ဂစ္ဆတော တံကမ္မဋ္ဌာနံ နဝနဝမေဝ ဟောတိ။ တသ္မာ ယထာ နိသိန္နေနေဝ ဒေသတော အာဟရိတဗ္ဗံ–အပြစ်ကိုဆိုဦးအံ့။ ဣရိယာပုထ်ကို ဖျက်၍သွား သော ယောဂီအတွက်အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း အသစ် အသစ်

သာ ဖြစ်တော့၏။ ထို့ကြောင့် နေမြဲတိုင်း ဣရိယာပုထ်ဖြင့် သာ မူလရှုပွားနေသော ထိုရာဌာနမှ ဆောင်အပ် ရှုပွားအပ်၏။ အဘယ်သို့ဆောင်အပ်သနည်း။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

"အမိဝမ်းဖြစ် ရေနစ်ငုံပ်ပါ၊ ဗြဟ္မာဟူ
အသက် မရှူသူများ သမ္ဗု နိရောဓဝင် စတုတ္ထစျာန်နေ တွေ့
ဝေသောသူ သေသောသူဟု ခုနစ်ခုတွင်
သင်မဝင်ခဲ့ သတိပညာနည်းသည့်တာကြောင့် သင့်မှာ မထင်ရှိခဲ့သည်။

(ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီ)

"နာဟံဘိက္ခဝေ မုဋ္ဌဿတိဿအသမ္ပဇာနဿ
အာနာပါနဿတိံ ဘာဝနံ ဝဒါမိ။
ရဟန်းတို့ ငါသည် သတိယွင်းဖောက် မေ့ပျောက်
တတ်သော သမ္ပဇဉ် ပညာကင်းသူအား အာနပါ
နဿတိဘာဝနာကို ဟောတော်မမူ"

(အာနာပါနဿတိသုတ်)

ဟူသောစကားကို ဘုရားရှင်သည် သင်ကဲ့သို့သော သူကိုပင် ရည်ရွယ်၍ ဟောတော်မူအပ်သည် မဟုတ်ပါလော။ သင့်မှာသတိ ကင်း၍သာ ဝင်လေထွက်လေမထင်ရှားခြင်းဖြစ်သည်။ အသက် မရှူသူ ၇ ဦး တွင် သင်မပါဝင်ဟု မိမိကိုယ်ကို မိမိဆုံးမလျက် ထွက်ပြေးပျောက်ရှသော နွားကိုရေဆိပ်မှ စောင့်၍ ဖမ်းဆီးချုပ် နှောင်ကာ လယ်ထွန်သော လယ်သမားကဲ့သို့ ရှေးရှုပွားနေကျ

နှာသီးဖျား အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားဟူသော ဝင်လေ ထွက်လေ ထိခိုက်ရာဌာနမှသာစိတ်ကိုစောင့်လျက် ဆက်လက် ရှုပွားရာ၏။ ယင်းသို့ ရှုပွားသော် မကြာမီ ထင်ရှားလာ၏။

(ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီ)

ယင်းသို့ထင်လာသောအခါ ဝင်လေထွက်လေ ဟူသော နှာသီးကိုထိရာ ဌာနဟူသော ထမ်းပိုး၌ သတိတည်းဟူသော လွန်ကြိုးဖြင့် ချည်တုပ်ကာ ပညာနှင်တံဖြင့် ရိုက်ခတ် ထိုးနှက်၍ ထွန်ရေး ထယ်ရေးစပ်အောင် မောင်းနှင်ထွန်ယက်ရမည်။ မကြာခင် နိမိတ်ထင်လာမည်၊ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

"ထင်မြင်လာသော ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို အသပ္ပါယ ၇ ပါး မကွယ်မပျောက်စေမူ၍ တနေ့တခြား ထင်ရှားပွင့်လင်း၍သွားအောင် ထိုအာ ရုံ၌ စူးစူးစိုက်စိုက် အားတိုက်ဖိစီး၍ စိတ်ကိုထားရမည်။ ဘာဝနာမှု၏ဆုတ်ယုတ်ကြောင်း အသပ္ပါယ ၇ ပါးကိုကြဉ်ရှောင်၍ သပ္ပါယ ၇ ပါးကို မှီဝဲရာ၏-

၁။ ဘာဝနာမှု၏ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်းဖြစ်သော နေရာဌာန။
၂၊ ဆွမ်းခံရွာ။
၃။ စကားပြောမှု။
၄။ အပေါင်းအဖော်။

၅။ အစားအစာဘောဇဉ်။

၆။ အပူအအေးဥတု။

၇။ ဣရိယာပုထ်။

အပ္ပနာကောသလ္လ ၁၀ ပါး

အပ္ပနာ၌ လိမ္မာကျွမ်းကျင် ကြောင်း အပ္ပနာကောသလ္လ ၁၀ ပါးကို ပြည့်စုံစေ ရာ၏-

၁။ ကိုယ်အင်္ဂါနှင့်တကွ အသုံးအဆောင် ဝတ္ထုမျိုး သန့်ရှင်းမှု။

၂။ ဝင်လေထွက်လေဟူသော အာရုံနိမိတ်၌ လိမ္မာမှု။

၃။ ဣန္ဒြေငါးပါးကို ညီညွတ်အောင်ပြုမှု။

၄။ တက်ကြွလွန်းသောစိတ်ကို နှိမ်မှု။

၅။ ဆုတ်နစ်လွန်းသောစိတ်ကို ချီးမြှောက်မှု။

၆။ ခြောက်သွေ့လွန်းသောစိတ်ကို ရွှင်စေမှု။

၇။ ညီညွတ်သောစိတ်ကို လျစ်လျူရှုမှု။

၈။ သမာဓိမရှိသူကို ကြဉ်ရှောင်မှု။

၉။ သမာဓိရှိသူကို ပေါင်းသင်းမှု။

၁၀။ အပ္ပနာစျာန်ကိုရခြင်းငှာ အမြဲစိတ်ညွတ်မှုတည်း။

ယင်း သပ္ပာယနှင့် အပ္ပနာကောသလ္လတို့ကို ပြည့်စုံစေ၍ ပဋိဘာဂနိမိတ်၌ စိတ်ကို အစွဲကြီးစွဲ၍ အမြဲကြီး မြဲလေအောင်

နေ့ရှည်လများ ရှုသောအားဖြင့် ပွားများစေရာ၏။ ရူပါဝစရ စတုတ္ထစျာန်တိုင်အောင် ဌပနာခေတ်ဖြစ်၍ ယင်းတိုင်အောင် ပွားများရာ၏။(အာနာပါနဒီပနီ)

နိမိတ် ၃ ပါး ဂဏနာအခန်း၌ ထင်မြင်အပ်သော ဝင်လေထွက်လေ အာရုံများသည် "ပရိကမ္မနိမိတ်"မည်၏။ အနုဗန္ဓနာအခန်း၌ ထင်မြင်အပ်သောအာရုံသည်ပင်လျှင် "ဥဂ္ဂဟနိမိတ်" မည်၏။ ဌပနာအခန်း၌ ထင်မြင်အပ်သော ပညတ်အာရုံသည် "ပဋိဘာဂနိမိတ်"မည်၏။(အာနာပါနဒီပနီ)

နိမိတ်ရှင်းချက် "ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် လဲဂွမ်း ဝါဂွမ်း လေအလျဉ် ကြယ်ရောင် ပတ္တမြားလုံး ပုလဲလုံး ဝါးရိုး သစ်သားနှစ်တံကျင် ရှည်သော ဆောက်လုံးကြိုးမျှင် ပန်းဆိုင်း မီးခိုးညစ် ကျယ်ပြန့်သော ပင့်ကူချည်မျှင် တိမ်တိုက်လွှာ ပဒုမာကြာပွင့် ရထားစက်ဘီး လဝန်း နေဝန်းတို့ကဲ့သို့ လှုပ်ရှားသော အခြင်းအရာအားဖြင့် အမှတ်သညာအားလျော်စွာထင်၏။

ပဋိဘာဂနိမိတ်သည် ကြယ်ရောင် ပတ္တမြားလုံးစသည်ကဲ့သို့ ငြိမ်သက်စွာထင်၏။ တခုတည်းသောသုတ်သည်ပင် သညာအားလျော်စွာ ရေတံခွန်မြစ်တောအရေး ချမ်းအေးလှစွာ အခက်အရွက်နှင့် ပြည့်စုံသောအသီးပြည့်သော သစ်ပင်ကဲ့သို့

နိမိတ်တခုတည်းပင် သညာဇဖြစ်၍သညာအားလျော်စွာ ထင်လေသည်။

ယင်းသို့ ပဋိဘာဂ နိမိတ်ထင်၍ ဥပစာရစျာန်ကို ရရှိပြီးသော် ဝီရိယ သမာဓိ ပညာနှင့်ပြည့်စုံသော ယောဂီသည် ဝင်လေ-ထွက်လေ ၂ ပါး၌ အရှည်အတိုအားဖြင့် နှစ်ပါးစီ ဖြစ်သော အခြင်းအရာ ၄—ပါးကို စွန့်လွှတ် ပယ်ဖျောက်ပြီးလျှင် ခြင်းရာလေးပါး ထင်ရှားမရ ပဋိဘာဂနိမိတ်၌စိတ်ကိုထားလျက် ထို၌ဝနာဖြင့်သာလျှင် မိမိစိတ်ကို အပ္ပနာဖြင့်ဖွဲ့၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ပရိကမ္မနိမိတ် ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ၂-ပါး

သမာဓိ ၃—ပါး အခိုက်၌ ပွားများသောဘာဝနာသမာဓိ

သည် "ပရိကမ္မဘာဝနာသမာဓိ" မည်၏။

ဥပနာခေတ်တွင် အပ္ပနာစျာန်သို့ မရောက်မီအကြား ပဋိဘာဂ နိမိတ်ကို အာရုံပြု၍ ပွားများသော ဘာဝနာသမာဓိသည် "ဥပစာရဘာဝနာသမာဓိ" မည်၏။ စတုက္ကနည်းအားဖြင့် ပဌမ ဒုတိယ တတိယ စတုတ္ထ စျာန်ဟုဆိုအပ်သော ရူပါဝစရစျာန် ၄ ပါးသည် "အပ္ပနာသမာဓိ" မည်၏။ (အာနာပါနဒီပနီ)

"ပဋိဘာဂနိမိတ် မထင်မီဂဏနာနည်း

အဆုံးအဖြတ် အခိုက်၌ ဂဏနာနည်း ဖုသနာနည်း

၂ ပါးရ၏၊ ဂဏန်းသင်္ချာကို လွှတ်၍

အစဉ်လိုက်သော်အခါ အနုဗန္ဓနာနည်း ဖုသနာနည်း ၂ ပါးရ၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်ထင်သည်မှစ၍ ဝင်လေထွက်လေ ၂ ပါး တသား

ဘည်းကဲ့သို့ မတုန်မလှုပ်ထင်သောကြောင့် အစဉ်လိုက်ဖွယ် ထိရာ ဌာန၌ သတိထားဖွယ်မရှိ၊ ထိုနိမိတ်၌ စိတ်ကို ကြည်လင်စွာထား လျှင်ပင် အပ္ပနာဖြစ်ပေါ်လာရကား ဌပနာနည်း တပါးသာရ ၏ဟု မှတ်လေ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

"အာနာပါနမှ ဝိပဿနာလမ်းသို့ ကူး

ဝိပဿနာသို့ကူးနည်း သန်းရှုပွားလိုသော် ဝင်လေ—ထွက်လေ ရှုမှုကို ဥပစာရကိစ္စမျှပြုလုပ်၍ မိမိသိရင်း စွဲရှိနေသော ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့တွင် အလိုရှိရာ သင်္ခါရဓမ္မတခုခုကိုယူ၍ ဉာဏ်ဖြင့် စေ့စေ့ရှု၍လည်း ဝိပဿနာ ပွားရာ၏။

ဝင်လေ—ထွက်လေ ရှုမှုကို ဥပစာရကိစ္စမျှဆိုသည်မှာ အချိန်နာရီထား၍ အားထုတ်သူတို့မှာ အလုပ်ခွင်သို့ ဝင်သော အခါတိုင်း စိတ်ကိုချုပ်တည်းခြင်းငှာ တည်ငြိမ်စေခြင်းငှာ ရှေးဦးစွာ ဝင်လေထွက်လေကို ရှုမှုဘည်း၊စိတ်တည်ငြိမ်သောအခါမှ အလိုရှိရာ ခန္ဓာတပါးပါးကို ဝိပဿနာရှုရာ၏။ (အာနာပါန ဒီပနီ)

တနည်းဆိုသော် ဝင်လေထွက်လေကို ရှုပွားသော ယော ဂီသည် "ဤဝင်လေထွက်လေတို့သည် အဘယ်ကိုမှီကုန်သနည်း။ စိတ်စေတသိက်တို့၏ တည်ရာအရပ်ဟူသော ဝတ္ထုကို မှီကုန်၏၊ ဝတ္ထုမည်သည် ကရဇကာယတည်း၊ ကရဇကာယမည်သည် မဟာဘုတ်ဓာတ်ကြီး ၄ ပါးတို့နှင့် ဥပါဒါရုပ်တို့တည်း" ဤသို့ ရုပ်ကိုသိမ်းဆည်း၏။

ယင်းနောက် ထိုကရဇကာယဟူသော အာရုံရှိကုန်သော ဖဿ ဝေဒနာ သညာ စေတနာ ဝိညာဏ်ဟူသော ဖဿပဉ္စမက တရားတို့ကို "ဤတရားအပေါင်းသည် နာမ်မည်၏" ဤသို့ နာမ် ရုပ်ကို သိမ်းဆည်းပြီးလျှင် ယင်းနာမ်ရုပ်၏ အကြောင်းကို ရှာမှီးသော် အဝိဇ္ဇာ အစရှိသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ကိုမြင်၍" ဤနာမ် ရုပ်သည် ပစ္စည်း ပစ္စယုပ္ပန် အကြောင်း အကျိုးတရားမျှသာ တည်း၊ပစ္စည်း ပစ္စယုပ္ပန် အကြောင်း အကျိုးမှတပါး ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါမရှိ။

ဤသို့ယုံမှားခြင်း လွန်မြောက်သည်ဖြစ်၍ အကြောင်း နှင့်တကွဖြစ်သော နာမ်ရုပ်၌ လက္ခဏာရေးသုံးပါးသို့ တင်၍ ထင်မြင်အောင် ဝိပဿနာကို ပွားစေသည်ရှိသော် မဂ်အစဉ် အားဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၏။ (သုတ်မဟာဝါအဋ္ဌကထာ)

တနည်းဆိုသော်—ဈာန်ရအောင်အားထုတ်သော ယောဂီ သည် "ဤဈာန်အင်္ဂါတို့သည် အဘယ်ကိုမှီကုန်သနည်း၊ ဝတ္ထုကို မှီကုန်၏၊ ဝတ္ထုမည်သည် ကရဇကာယတည်း၊ ဈာန်အင်္ဂါတို့ သည် နာမ်မည်ကုန်၏၊ ကရဇကာယသည် ရုပ်မည်၏၊ ဤသို့ နာမ်ရုပ်ကို ပိုင်းခြားမှတ်သား၍ ယင်းနာမ်ရုပ်၏ အကြောင်း ကိုရှာသော် (လ) အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၏။ (သုတ်မဟာဝါ အဋ္ဌကထာ)။

အာနာပါနခေါ် ဝင်လေထွက်လေကို ဝါယောဓာတ်အနေ ဝါယောဓာတ်အနေ ရှုပွားလိုခဲ့သော် ဝင်လေထွက်လေတို့ အာရုံပြုမရှုပွားရဘဲ ယင်းဝင်လေထွက်လေတို့ အသုံးပြုရာ နှာခေါင်းဖုအတွင်းမှာ ဖြစ်စေ၊ ပါးစပ်ရှိအာခေါင်နှင့် နှာသီးဖျား အထက်နှုတ်ခမ်း ဖျားမှာဖြစ်စေ၊ ယင်းလေကို ဝင်ခိုက်ထွက်ခိုက်မှာ "တွန်း သဘော၊ တိုးသဘော၊ ကန်သဘောသက်သက်ကို အသိကပ်ပြီး ရှုပွားပါ။

ယင်းသို့ တွန်းမှု၊ တိုးမှု၊ ကန်မှုကိစ္စသက်သက်အပေါ်မှာ သာ အသိကပ်ပြီး အထပ်ထပ် ရှုပွားနေခဲ့သော် ဝင်မှုထွက်မှု အပေါ် အာရုံအဖြစ် မထားတော့ဘဲ တွန်းမှု၊ တိုးမှု၊ ကန်မှု အပေါ်မှာသာ အာရုံအဖြစ်ဖြင့် ထင်မြင် လာပါလိမ့်မည်။ ဆက်လက်ရှုသော် ရုပ်နာမ်ကွဲသည်မှစ၍ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် အထိ ဆိုက်ရောက်ပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက် ဝင်လေ၏ တွန်းသဘော သက်သက် သို့မဟုတ် ထွက်လေ၏ တွန်းသဘော သက်သက်ဟု တခုစီလဲ၊ ရှုပွားနိုင်သည်။ အဝင်အထွက် တွန်းသဘောကို ပြိုင်တူရှုပွားသော် မောတတ် သည်။ မမောမူ အစုံရှုနိုင်ပါ၏။ တွန်း၊ တိုး၊ ကန် ၃ ခုထင်ရှား ရာတခုခုကိုသာ အသိကပ်ရှုပါ။ (ဉာဏ်လေ့ခါးကျမ်းကြီး)

တေဇောဓာတ် အာနာပါနခေါ် ဝင်လေထွက်လေတို့ကို တေဇောဓာတ်အနေ ရှုပွားလိုခဲ့သော် ဝင်လေထွက်လေကို အာရုံပြု မရှုပွားရဘဲ ယင်းလေတို့ အသုံးပြုရာ နှာခေါင်းဖုံအတွင်းမှာဖြစ်စေ၊ ပါးစပ်ရှိ အာခေါင်နှင့် နှာသီးဖျား အထက်နှုတ်ခမ်းဖျားမှာဖြစ်စေ၊ ယင်းလေတို့ ဝင်ခိုက်ထွက်ခိုက်မှာ ပူသဘော အေးသဘော ၂ ခုတွင် ထင်ရှားရာ တခုခုကို ရှုပွားပါ။

ဝင်လေမှာ အအေးတွေ့နိုင်၍ ထွက်လေမှာ အပူတွေ့နိုင်သည်။ အပူတွေ့သော် ယင်းတွေ့ရသော အပူသဘောကို အရှုခံအာရုံအဖြစ်ထားပြီး ဆက်တိုက်သိနေအောင် သတိကပ်ကာ အထပ်ထပ်ရှုပွားပါ။ (အအေးမှာနည်းတူပြီ)။ (ဉာဏ်လှေခါးကျမ်းကြီး)။

ပထဝီဓာတ် အာနာပါန ကို၍စွဲ လူများစုအတွက် ပထဝီဓာတ်အနေ ရှုပွားရေးမှာ ခက်ခဲပါလိမ့်မည်၊ ပုဂ္ဂိုလ်အများ မရှုပွားနိုင်သော အချက်ပင်ဖြစ်ပါ၏။ သို့သော်ရှုပွားနိုင်သူများအတွက် ဖေါ်ပြပါမည်။

အာနာပါန၌ ပထဝီဓာတ်အနေရှုပွားလိုသော် ဝင်လေထွက်လေတို့ အသုံးပြုရာ ဌာန၌ ကြမ်းသဘော ပိသဘော မာသဘော လေးသဘောတို့တွင် ယောဂီ၏ အသိဉာဏ်၌ ထင်ရှားရာ သဘာတခုခုကို၍စွဲကိုင်ပြီး ရှုပွားလျှင် ပထဝီဓာတ်ကိုရှုပွားသည်မည်၏။

ယင်းသို့ ဝင်လေနှင့် ထွက်လေတို့ တိုးထိရာတွင် ကြမ်းသဘော ပိုသဘောစသည်သည် လက်နှင့် လက်ချင်း ထိသလောက် မကြမ်းနိုင် မပိုနိုင် မမာနိုင်ဘဲလေနှင့် ထိသလောက်သာ ကြမ်းနိုင် ပိနိုင် မာနိုင် လေးနိုင်၏။

သို့ဖြစ်၍ ထိုမျှ နူးညံ့စွာ ကြမ်းမှု ပိမှု မာမှု လေးမှုသဘောကို သတိအားကောင်းအောင် မွေးမြူပြီး ရှုပွားသော် ဉာဏ်ထက်သူတို့မှာ ရုပ်နမ်သဘာဝတို့ကို သိကာ မဂ်ဖိုလ်အထိဆိုက်ပါလိမ့်မည်။(ဉာဏ်လေ့ခါးကျမ်းကြီး)

အာပေါဓာတ် အာပေါဓာတ်သည် အသိမ်မွေ့ အခက်အခဲဆုံး ဓာတ်ဖြစ်၏။ ပြခဲ့ပြီး ဓာတ်ကြီး ၃—ပါးတို့လို ထိတွေ့ နိုင်သည်လည်း မဟုတ်ပေ။ ကြည့်လည်း မမြင်နိုင်၊ ကြားလည်း မကြားနိုင်ပေ။ ဉာဏ်ဖြင့် သုံးသပ်နိုင်မှ မြင်သိနိုင်မည်၊

ယင်း အာပေါဓာတ်သည် ပြခဲ့ပြီး ဓာတ်ကြီး ၃ ပါးပေါ်မှာ မှီတွယ်နေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဓာတ်ကြီး ၃—ပါးကို မိမိ ရရ တွေ့မြင်လျှင် အာပေါဓာတ်ကို ဉာဏ်ကြီးသူတို့ သိမြင်နိုင်မည်။

သို့ဖြစ်၍ အာပေါဓာတ်ကို ရှုလိုသူသည် ပူမှုတေဇောဓာတ်ကို တွေ့သည်ဆိုပါစို့၊ ထိုအခါ ယင်း တေဇောဓာတ်ကိုပင် အထပ်ထပ်ရှုပွားပါ။ ထိုအခါ တေဇောဓာတ်၏ တိုးလာပွားလာ စည်ကားလာချက်ကို ဉာဏ်၌ သိမြင် လာလိမ့်မည်။

တဖန် ယင်းတေဇောခတ်တွေ ပြယ်မသွားအောင် ဖွဲ့ပေး စည်းပေး နှောင်ပေးတဲ့သဘောတွေကိုပါ သိလာလိမ့်မည်။ ထိုသို့ တွေ့သိမှုကို အာပေါဓာတ်၏ တိုးပွားသဘော စည်ကားသဘော ဖွဲ့စည်းသဘောတို့ကို တွေ့သိမှုဟု ဆိုလေ၏၊

(ဉာဏ်လှေခါးကျမ်းကြီး)

နေတံမမ

အာနာပါနခေါ် အဇ္ဈတ္တိက ဝါယောဓာတ်ကို မဇ္ဈိမပဋိပဒါသနှင့် ဥပရိပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်များ အလို "နေတံမမ" စသည့်အရ ရှုပွားလိုသော်—

၁။ "နေတံမမ" ဤလေသည် ငါ့ဟာ မဟုတ်ပါတကား။

၂။ "နေသောဟမသ္မိ" ဤလေသည် ငါလဲမဟုတ်ပါတကား"

၃။ "နမေသောအတ္တာ" ဤလေသည် ငါ့ကိုယ်လဲ မဟုတ်ပါတကား၊ ဟု ယထာဘူတခေါ် တိုးနေ တွန်းနေ ကန်နေသော လေသဘော သက်သက်မျှကိုသာ တိတိ ကျကျ သိလာထင်လာအောင် သမ္မပညာခေါ် ဝိပဿနာပညာဖြင့် ရှုပွားနေရမည်၊ ယင်းသို့ရှုပွားသော် နိဗ္ဗိန္ဒတိစသော ပါဠိတော်အရ ဉာဏ်စဉ်တက်၍ မဂ်ဖိုလ်ဆိုက်ပါလိမ့်မည်။

ဤတွင် ရွှေ့ ပဌမ စတုက္က အပြီးသတ်ပါ

ကာယာနုပဿနာ သတည်း၊ သင်း ပဌမ စတုက္ကသည် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်အလုပ် သက်သက်တည်း၊ မှန်၏။ ဝင်လေ ထွက်လေသည် ရူပကာယ တစိတ်ဖြစ်၍ ကာယမည်၏။ ဘုရားရှင်လည်း ဤသို့ဟောတော်မူခဲ့၏—

"ကာယေသုကာယညတရာဟံ ဘိက္ခဝေဝဒါမိ ယဒိဒံ အဿာသပဿာ၊ ရဟန်းတို့ ဝင်လေ ထွက်လေ ၂ ပါးအပေါင်းကို ပထဝီကာယ အာပေါကာယ အစရှိသော ကာယအမျိုးတို့တွင် ဝါယောကာယ တပါးဟူ၍ ငါဘုရားဟောတော်မူ၏"။ (အာနာပါနသတိသုတ်)

"ဒုတိယ စတုက္က"

၁။ "ပီတိပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီ"တိ သိက္ခတိ၊
"ပီတိပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ။

၂။ "သုခပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ၊
သုခပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီ တိ သိက္ခတိ၊

၃။ "စိတ္တသင်္ခါရ ပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ၊
"စိတ္တသင်္ခါရ ပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ။

၄။ "ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ အဿသိဿာမိ" တိသိက္ခတိ၊ "ပဿမ္ဘယံ စိတ္တသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမိ" တိ သိက္ခတိ။

၁။ နှစ်သိမ့်ခြင်းပီတိကို ထင်ရှားစေ၍ ဝင်လေကိုရှူအံ့ဟု အားထုတ်၏။ နှစ်သိမ့်ခြင်းပီတိကို ထင်ရှားစေ၍ ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၂။ ချမ်းသာခြင်းသုခကို ထင်ရှားစေ၍ ဝင်လေကို ရှူအံ့ဟု အားထုတ်၏၊ ချမ်းသာခြင်းသုခကို ထင်ရှားစေ၍ ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၃။ ဝေဒနာသညာဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို ထင်ရှားစေ၍ ဝင်လေကို ရှူအံ့ဟုအားထုတ်၏၊ ဝေဒနာသညာ ဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို ထင်ရှားစေ၍ ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၄။ ရုန့်ရင်းသော စိတ္တသင်္ခါရကို ချုပ်ငြိမ်းစေလျက် ဝင်လေကို ရှူအံ့ဟု အားထုတ်၏၊ ရုန့်ရင်းသော စိတ္တသင်္ခါရကို ချုပ်ငြိမ်းစေလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။ အာနပါနသတိသုတ်)

	အာရုံအားဖြင့် ၎င်း၊ မတွေဝေသော
ပီတိကိုထင်ရှားစေ၍	အားဖြင့်၎င်း၊ ဤသို့ ၂ ပါးသော
	အခြင်းအရာတို့ဖြင့် ပီတိကို ထင်ရှားစေ

အပ်၏။

(က) ပီတိနှင့်တကွ ဖြစ်ကုန်သော စတုက္ကနည်း၌ ပဌမစျာန်၊ဒုတိယစျာန် ၂—ပါးတို့ကို အစဉ်သဖြင့် ဝင်စားသောယောဂီသည် ဝင်စားဆဲခဏ၌ စျာန်ကိုရခြင်းဖြင့် အာရုံကိုအကြောင်းပြု၍ အာရုံ၏ထင်ရှားခြင်းကြောင့် ပီတိထင်ရှား၏။

(ခ) ပီတိနှင့်တကွဖြစ်ကုန်သော စတုက္ကနည်း၌ ပဌမစျာန် ဒုတိယစျာန် ၂ ပါးတို့ကို အစဉ်အတိုင်းဝင်စား၍ စျာန်မှထသော် စျာန်နှင့်ယှဉ်သောပီတိ "ခယဝယ၊ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်း"အားဖြင့်ရှု၏၊ ယင်းယောဂီသည် ပီတိကိုမြင်သောခဏရှုပွားသောခဏ၌ ပီတိ၏သဘာဝလက္ခဏာ သာမညလက္ခဏာကိုထိုးထွင်းသိမြင်ခြင်းဖြင့် မတွေဝေသောအားဖြင့် ပီတိထင်ရှားဖြစ်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

သုခနှင့်စိတ္တသင်္ခါရ စျာန် ၃ ပါးတို့၏ အစွမ်းဖြင့် သုခကို ထင်ရှားစေ၏၊ စျာန် ၄ ပါးတို့၏ အစွမ်းဖြင့် ဝေဒနာ သညာဟူသော စိတ္တသင်္ခါရကို ထင်ရှားစေ၏၊ ဆက်ဦးအံ့သုခပဋိသံဝေဒီပုဒ်၌ ကာယိကသုခ စသည်ကို ပဓာနပြုသဖြင့် ရောပြွမ်းသောသင်္ခါရကို သုံးသပ်ခြင်း၏ အစွမ်းဖြင့် ဝိပဿနာအာရုံကို ပြခြင်းငှာ ကာယိကသုခ စေတသိကသုခ ၂ ပါးတို့ကို ဟောအပ်ကုန်၏။

တနည်းဆိုသော်—ပီတိပဋိသံဝေဒီ စသည်ဖြင့် ဟောအပ်သော ကောဋ္ဌာသ၌၊ပီတိကို ညွှန်းသဖြင့် ပီတိနှင့်ယှဉ်သော ဝေဒနာကို ဆိုအပ်ကုန်၏၊သုခပဋိသံဝေဒီ စသည်ဖြင့် ဟောအပ်သော ကောဋ္ဌာသ၌ သရုပ်အားဖြင့်သာလျှင် ဝေဒနာကို

ဆိုအပ်ကုန်၏။စိတ္တသင်္ခါရနှင့် စပ်ယှဉ်ကုန်သော ၂ ကောဋ္ဌာသ တို့၌ သညာ ဝေဒနာတို့သည် စိတ်၌မှီကုန်၏၊စိတ်နှင့်စပ်ကုန်၏။ စိတ်သည် ပြုပြင်အပ်ကုန်၏၊ထို့ကြောင့် သညာနှင့်ယှဉ်သော ဝေဒနာကို ဆိုအပ်ကုန်၏။(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

သို့ဖြစ်၍ ဤဒုတိယ စတုက္ကသည် ဝေဒနာနုပဿနာ၏ အစွမ်းဖြင့် ဟောအပ်၏ဟု သိပါ၊ ဘုရားရှင်လည်း ဤသို့ ဟော တော်မူ၏—

"ဝေဒနာသု ဝေဒနာညတရာဟံ ဘိက္ခဝေ ဝဒါမိ ယဒိဒံ အဿာသပဿာသ သာဓုကံမနသိကာရော-ရဟန်း တို့ ဝင်လေထွက်လေတို့ကို ကောင်းစွာနှလုံးသွင်းခြင်းကို သုခစသောဝေဒနာ ၃ ပါးတို့တွင် တပါးအပါအဝင် ဖြစ်သော သုခဝေဒနာဟူ၍ ငါဘုရားဟော၏"။ (အာ နာပါနသတိသုတ်)

ဝေဒနာရှုပုံ

ဤ၌ သုခ ဝေဒနာသည် အကျိုးဖြစ် ၏၊ဝါယောဓာတ်သည် အကြောင်းဖြစ် ၏။ ဝင်လေထွက်လေ ရှုပွား၍ ချမ်း သာလာသောအခါ မူလရှုပွားမှု ဝင်လေ ထွက်လေကို မရှုပွား တော့ဘဲ ချမ်းသာမှု သုခဝေဒနာအပေါ်မှာ "ချမ်းသာပါတ ကား"ဟု အသိကပ်ကာ ဆက်လက်ရှုပွားပါ၊ သတိ သမာဓိ ပညာတိုးပွား၍ မဂ်ဖိုလ် အထိသိုက်နိုင်ပါ၏။

"တတိယ စတုက္က"

၁။ "စိတ္တပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမိ"တိသိက္ခတိ၊
"စိတ္တပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿမိ"တိသိက္ခတိ။
၂။ အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ အဿသိဿမိ"တိသိက္ခတိ၊
"အဘိပ္ပမောဒယံ စိတ္တံ ပဿသိဿမိ" တိသိက္ခတိ။
၃။ "သမာဒဟံ စိတ္တံ အဿသိဿမိ" တိသိက္ခတိ၊
"သမာဒဟံ စိတ္တံ ပဿသိဿမိ" တိသိက္ခတိ။
၄။ 'ဝိမောစယံ စိတ္တံ အဿသိဿမိ" တိသိက္ခတိ၊
"ဝိမောစယံ စိတ္တံ ပဿသိဿမိ"တိသိက္ခတိ။

၁။ စိတ်ကိုထင်ရှားစေလျက် ဝင်လေကိုရှူအံ့ဟု အားထုတ်၏၊ စိတ်ကိုထင်ရှားစေလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၂။ စိတ်ကိုအလွန်ရွှင်လန်းစေလျက် ဝင်လေကို ရှူအံ့ဟု အားထုတ်၏၊ စိတ်ကိုအလွန်ရွှင်လန်းစေလျက်ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟုအားထုတ်၏။

၃။ စိတ်ကိုကောင်းစွာ တည်ကြည်စေလျက် ဝင်လေကို ရှူအံ့ ဟု အားထုတ်၏၊ စိတ်ကိုကောင်းစွာ တည်ကြည်စေလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟုအားထုတ်၏။

၄။ စိတ်ကိုကိလေသာမှလွတ်စေလျက် ဝင်လေကို ရှူအံ့ ဟုအားထုတ်၏၊ စိတ်ကို ကိလေသာမှ လွတ်စေလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။(အာနာပါနသတိသုတ်)

ရှင်းလင်းချက်

ဈာန် ၄–ပါးတို့၏ အစွမ်းဖြင့် စိတ်ကိုထင်ရှားစေသည့် အဖြစ်ကို သိအပ်၏။

သမာဓိ၏အစွမ်းဖြင့်၎င်း၊ ဝိပဿနာ၏အစွမ်းဖြင့်၎င်း ဤသို့ ၂ ပါးသော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် စိတ်ကို ရွှင်လန်း ဝမ်းမြောက်စေ၏။

(က) ပီတိနှင့်တကွ ဖြစ်ကုန်သော ဈာန် ၂–ပါးတို့ကို ဝင်စားသော ယောဂီသည် သမာပတ်ဝင်စားဆဲ ခဏ၌ဈာန်နှင့်ယှဉ်သော ဈာန်ပီတိဖြင့် သမ္ပယုတ်ဈာန် စိတ်ကိုပင်လျှင် ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စေ၏။

(ခ) ပီတိနှင့်တကွဖြစ်ကုန်သော ဈာန် ၂ ပါးတို့ကို ဝင်စား၍ ဈာန်မှထသော် ဈာန်နှင့်ယှဉ်သောပီတိကို "ခယဝယ–ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်း" အားဖြင့် ဝိပဿနာ ရှု၏။ ယင်းသို့ ဝိပဿနာ ရှုသောခဏ၌ ဈာန်နှင့်ယှဉ်သော ပီတိကို အာရုံပြု၍ ဖြစ်သော ဝိပဿနာစိတ်ကို ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်စေ၏။

ပဌမဈာန်စသည်တို့၏ အစွမ်းဖြင့် အာရုံ၌စိတ်ကို အညီအညွတ် ရှေးရှုကောင်းစွာထားခြင်းကို "စိတ်ကို ကောင်းစွာတည်ကြည်စေသည်မည်၏"

ထိုစျာန်တို့ကိုဝင်စား၍ စျာန်မှထသော် **တနည်းဆိုသော်** စျာန်နှင့်ယှဉ်သောစိတ်ကို "ခယဝယ–ကုန်ခြင်း–ပျက်ခြင်း" အားဖြင့် ရှုပွား သော ယောဂီအား ဝိပဿနာခဏ၌ အနိစ္စစသော လက္ခဏာကို ခဏတိုင်း ထိုးထွင်းသိမြင်သဖြင့် ခဏမျှတည်ခြင်းရှိသော သမာဓိသည်ဖြစ်၏။ ယင်းသို့ဖြစ်သောခဏိက သမာဓိစိတ် အစွမ်းဖြင့် လည်း အာရုံ၌ စိတ်ကို အညီအညွတ်ထားခြင်းသည် စိတ်ကို ကောင်းစွာတည်ကြည်စေသည်မည်၏။

ပဌမစျာန်ဖြင့် နီဝရဏတို့မှ စိတ်ကို ဝိက္ခမ္ဘနအစွမ်းဖြင့် လွတ်စေသည်ဖြစ်၍ ဒုတိယစျာန်ဖြင့် ဝိတက် ဝိစာရတို့မှ၊ တတိယစျာန်ဖြင့် ပီတိမှ၊ စတုတ္ထစျာန်ဖြင့် သုခ ဒုက္ခ တို့မှ၊ စိတ်ကိုလွတ်စေသည်ကို "စိတ်ကို ကိလေသာမှ လွတ်စေသည်" ဟု ခေါ်သည်။

တနည်းသော်ကား–ထိုစျာန်တို့ကိုဝင်စား၍ စျာန်မှထသော် စျာန်နှင့်ယှဉ်သောစိတ်ကို "ခယ–ဝယ–ကုန်ခြင်း–ပျက်ခြင်း" အားဖြင့် ရှုပွား၏။ ယင်းသို့ရှုပွားသောယောဂီသည် ဘင်္ဂါနုပဿနာ ခဏ၌–

၁။ အနိစ္စာနုပဿနာဖြင့်နိစ္စသညာမှစိတ်ကိုလွတ်စေ၏။

၂။ ဒုက္ခာနုပဿနာဖြင့် သုခသညာမှ စိတ်ကို လွတ်စေ၏။

၃။ အနတ္တာနုပဿနာဖြင့် အတ္တသညာမှ စိတ်ကို လွှတ်စေ၏။

၄။ သင်္ခါရတို့၌ ငြီးငွေ့သောအခြင်းအရာဖြင့် ဖြစ်သော နိဗ္ဗိဒါနုပဿနာဖြင့် နန္ဒိခေါ် သပ္ပီတိတဏှာမှ စိတ်ကို လွှတ်စေ၏။

၅။ သင်္ခါရတို့၌ တပ်ခြင်းကင်းသော အခြင်းအရာဖြင့် ဖြစ်သော ဝိရာဂါနုပဿနာဖြင့် ရာဂမှ စိတ်ကို လွှတ်စေ၏။

၆။ သင်္ခါရတို့၏ ချုပ်ခြင်းကိုရှုသော နိရောဓာနုပဿနာဖြင့် သမုဒယမှ လွှတ်စေ၏။

၇။ စွန့်ပယ်သောအခြင်းအရာဖြင့်ဖြစ်သော ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာဖြင့် နိစ္စစသည်တို့၏ အစွမ်းဖြင့် ယူခြင်း အာဒါနမှ လွှတ်စေ၏။

ဤသို့ဖြင့် တတိယ စတုက္ကကို စိတ္တာနုပဿနာ၏ အစွမ်းဖြင့် ဆိုအပ်၏ဟူ၍ မှတ်ပါလေ။(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

စိတ်ကိုရှုပုံ "စိတ်သည် ခဏမလပ် စက္ကန့်မလပ် အချိန်ဟူသမျှမှာရပ်နားခြင်းမရှိ ဖြစ်နေ၍ရှင်း၊ မမြင်နိုင်သောတရားမျိုးဖြစ်နေ၍ရှင်း၊ စိတ္တာနုပဿနာကို ရှုပွားရန် အလွန့်အလွန်ခက်ခဲလှ၏။ သို့ဖြစ်၍ ဤအာနာပါနပိုင်းတွင် အာနာပါနခေါ် ဝင်လေ ထွက်လေနှင့် ပူးကပ်ဆော ယင်းဝင်လေရှုစိတ် ထွက်လေထုတ် စိတ်ကို ရှုပွားပါ။

မှုန်၏—ဝင်လေထွက်လေတို့သည် စက္ကန့်တိုင်းမှာ အလုပ်လုပ်နေကြသဖြင့် ယင်းအလုပ်နှင့်ပူးကပ်ကာ ဝင်လေရှူစိတ် ထွက်လေထုတ်စိတ်ကို "သရာဂံ ဝါစိတ္တံ" စသော စိတ္တာနုပဿနာရှုပွားနည်းပြ ဒေသနာတော်အရ ရာဂစိတ်ဖြစ်လျှင် "ရာဂစိတ်ဖြစ်ပါတကား" ဟု ရှုပွားပါ၊ ရာဂစိတ်မဖြစ်လျှင် "ရာဂစိတ်မဖြစ်ပါတကား"ဟုရှုပွားပါ။ ဤသို့စသည်ဖြင့် စိတ္တာနုပဿနာလာ စိတ် ၁၆ မျိုးတို့ကို စနစ်တကျလေ့လာ၍ ရှုပွားပါ။ အကျယ်မူ စိတ္တာနုပဿနာခန်းကြည့်ပါ။

သို့မဟုတ် အထက်တွင်ပြခဲ့သော ဈာန်နှင့်ယှဉ်သောစိတ်ကို "ခယ-ဝယ-ကုန်ခြင်း—ပျက်ခြင်း" သိမြင်အောင်ရှုပွားသလို ဝင်လေရှူစိတ် ထွက်လေထုတ်စိတ်ကိုပင် "ခယ-ဝယ-ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်း"သိမြင်အောင်ရှုပွားပါ။ နာမ်ရုပ်ကွဲသည်မှစ၍ မဂ်၊ ဖိုလ်အထိ ဆိုက်ရောက်နိုင်ပါသည်။

"စတုတ္ထ စတုက္က"

၁။ "အနိစ္စာနုပဿီ အဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ၊
"အနိစ္စာနုပဿီ ပဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ။

၂။ "ဝိရာဂါနုပဿီ အဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ၊
"ဝိရာဂါနုပဿီ ပဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ။

၃။ "နိရောဓာနုပဿီ အဿသိဿာမီ" တိသိက္ခတိ၊
"နိရောဓာနုပဿီ ပဿသိဿာမီ" တိ သိက္ခတိ။

၄။ "ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ အဿသိဿာမိ" တိ သိက္ခတိ၊
"ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ ပဿသိဿာမိ" တိ သိက္ခတိ။

၁။ အနိစ္စကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ဝင်လေကို ရှုအံ့ဟုအားထုတ်၏၊ အနိစ္စကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ထွက်လေကိုထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၂။ ရာဂကင်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ဝင်လေကို ရှုအံ့ဟု အားထုတ်၏၊ ရာဂကင်းရာနိဗ္ဗာန်ကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟုအားထုတ်၏။

၃။ ရာဂချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ဝင်လေကို ရှုအံ့ဟု အားထုတ်၏။ ရာဂချုပ်ရာနိဗ္ဗာန်ကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ထွက်လေကိုထုတ်အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၄။ ကိလေသာကို စွန့်ရာနိဗ္ဗာန် စွန့်တတ်သော မဂ်ကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ဝင်လေကိုရှုအံ့ဟုအားထုတ်၏၊ ကိလေသာကို စွန့်ရာ နိဗ္ဗာန် စွန့်တတ်သောမဂ်ကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် ထွက်လေကို ထုတ်အံ့ဟုအားထုတ်၏။ (အာနာပါနသတိသုတ်)

အနိစ္စာနုပဿီ

"အနိစ္စာနုပဿီ" ပုဒ်၌ အနိစ္စ အနိစ္စတာ အနိစ္စာနုပဿနာ အနိစ္စာနုပဿီ ၄ မျိုးတို့ကို သိသင့်၏။ ယင်းတို့ကို အောက်ပါလက်ာဖြင့် အချုပ်မှတ်ပါ။

*အနိစ္စကား—ငါးပါးခန္ဓာ၊
ဖြစ်ပြီးပျက်ရ—အနိစ္စတာ၊
မမြဲရှုမှတ်—နုပဿနာ၊
နုပဿီ—ယောဂီရှုသူပါ။

အဓိပ္ပါယ်မှာ.............ခန္ဓာငါးတို့ကို "အနိစ္စ" ဟူ၍ခေါ်၏။ ယင်းခန္ဓာငါးပါးတို့၏ရှေးကမရှိ ယခုမှဖြစ်၍ ပျက်ခြင်း၊ဖြစ်တိုင်းသော အခြင်းအရာအားဖြင့် မတည်မူ၍ ပျက်ခြင်းသည် "အနိစ္စတာ" မည်၏။ ယင်းခန္ဓာငါးပါးတို့ကို "မမြဲပါလား မမြဲပါလား"ဟု ရှုပွားသောဉာဏ်သည် "အနိစ္စာ နုပဿနာ" မည်၏။ ယင်းသို့ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို "မမြဲပါလား မမြဲပါလား" ဟုရှုပွားနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ကို"အနိစ္စာ နုပဿီ"ဟူ၍ ခေါ်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဝိရာဂါနုပဿီ

"ဝိရာဂါနုပဿီ" ပုဒ်၌ ဝိရာဂတို့သည်—

(၁) ခယဝိရာဂနှင့် (၂) အစ္စန္တဝိရာဂ ဟူ၍ ၂ ပါးရှိ၏။ ယင်းတွင်—

၁။ သင်္ခါရ တို့ ၏ ကုန် ခြင်း - ပျက် ခြင်း ဟူ သော ဘင်္ဂက္ခဏသည် "ခယဝိရာဂ" မည်၏။

၂။ အလုံးစုံသော သင်္ခါရတရားတို့၏ စင်စစ်ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သည် "အစ္စန္တဝိရာဂ" မည်၏။

ယင်း "ဝိရာဂ" နှစ်ပါးစုံကို ရှုခြင်း၏အစွမ်းဖြင့် ဖြစ်သော ဝိပဿနာနှင့်မဂ်သည် "ဝိရာဂါနုပဿနာ" မည်၏။ ယင်း အနုပဿနာနှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဝင်လေထွက်လေကို ရှုသော ယောဂီသည် "ဝိရာဂါနုပဿီမည်၏"။

(နိရောဓာ နုပဿီပုဒ်နည်းတူသိပါ)

ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ

"ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ" ပုဒ်၌ ပဋိနိဿဂ္ဂ တို့သည်—

၁။ စွန့်ပစ်ခြင်းဟု ဆိုအပ်သော တဖန်စွန့်ပစ်ခြင်း "ပရိစ္စာဂပဋိနိဿဂ္ဂ"

၂။ ပြေးဝင်ခြင်းဟု ဆိုအပ်သော တဖန်စွန့်ပစ်ခြင်း "ပက္ခန္ဒန ပဋိနိဿဂ္ဂ" ဟူ၍ ၂ ပါးရှိကုန်၏။

ဝိပဿနာမဂ် ကိလေသာတို့ကို တဖန်စွန့်ပစ်တတ်သော ဝိပဿနာမဂ်သည်ပင်လျှင် "ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ" မည်၏။ ဤ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ" ဟူသော အမည်သည် ဝိပဿနာမဂ်၏ အမည်ပင်ဖြစ်၏။

မှန်၏—ဝိပဿနာမဂ်သည် ထိုထိုအနိစ္စာနုပဿနာစသော အင်္ဂါ၏ အစွမ်းဖြင့်(ဝါ)တဒင်္ဂပဟာန်၏ အစွမ်းဖြင့် ခန္ဓာအဘိသင်္ခါရတို့နှင့်တကွ ကိလေသာတို့ကို စွန့် လည်း စွန့် တတ် ၏။ တေဘူမကသင်္ခါရ၌ အနိစ္စတာစသောဒေါသကိုမြင်ခြင်းကြောင့် နိစ္စစသည်ဖြင့် ယင်းသင်္ခတမှ ပြန်သောနိဗ္ဗာန်၌ ယင်းနိဗ္ဗာန်သို့

ညွတ်သည်၏အဖြစ်ဖြင့် ပြေးဝင်သကဲ့သို့လည်း ဖြစ်ဘတ်သော ကြောင့် "ပရိစ္စာဂပဋိနိဿဂ္ဂ" ဟူ၍၎င်း၊ "ပက္ခန္ဒနပဋိနိဿဂ္ဂ" ဟူ၍ ၎င်းဆိုအပ်၏။

အရိယမဂ်သည် ခန္ဓာအဘိသင်္ခါရတို့နှင့်တကွ ကိလေသာ တို့ကို စွန့်လည်းစွန့်တတ်၏၊ အာရုံပြုသည်၏အစွမ်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်၌ ပြေးလည်းပြေးဝင်တတ်သောကြောင့် "ပရိစ္စာဂပဋိနိဂ္ဂဿ" ဟူ၍၎င်း ဆိုအပ်၏။

ထိုမှတပါး ဝိပဿနာဉာဏ် မဂ်ဉာဏ် ၂ ပါးတို့သည် ရှေး၌ဖြစ်သော ဉာဏ်တို့ကို နောက်နောက်၌ အဖန်တလဲလဲရှုဘတ် သည့်အဖြစ်ကြောင့် "အနုပဿနာ" ဟူ၍ဆိုအပ်၏၊ နှစ်ပါးသော "ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ" နှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဝင်လေထွက်လေ ကို ရှုပွားသူသည် "ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ" မည်၏။

ရှေး စတုက္က ၃ ပါးတို့အား သမထဝိပဿနာအစွမ်းဖြင့် ဆိုအပ်ကုန်၏၊ ဤစတုတ္ထ စတုက္ကကိုမူ သမထနှင့် မရောမယှက် သက်သက်သော ဝိပဿနာ၏ အစွမ်းဖြင့်သာလျှင် ဆိုအပ်၏။

ဓမ္မာနုပဿနာ ဝင်လေ ထွက်လေကို အာရုံပြုလျက် ဉာဏ်၌မိမိစိတ်မှာ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿ ကို ပယ်ဖျောက်ခြင်းဟူသော ပဟာန ဓမ္မသည်လည်း ထင်ရှားလျက်ရှိသောကြောင့် ဤစတုတ္ထ စတုက္က ကို ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဆိုသတည်း။ ဝင်လေထွက်လေနှင့်

တကွ တွဲဖက်လျက် အနိစ္စမမွကိုလည်း ရှုသောကြောင့် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်သည်ဟူ၍လည်း ဆိုသင့်၏။ (အာနာပါနဒီပနီ)

ဝိပဿနာ

"အာနာပါန အာရုံနှင့် တွဲဖက်၍ ဝိပဿနာ ရှုပွားလိုသူသည် ဝင်လေကို ရှုသော် အမှတ်တမဲ့ မရှူမူ၍ အနိစ္စကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် အနိစ္စထင်အောင်ရှု၍ရှူမည်ဟု ဝင်လေရှူတိုင်း အနိစ္စ မနသိကာရ ရှေ့သွားမြဲစေရာ၏။

ထွက်လေကိုထုတ်သော် အမှတ်တမဲ့မထုတ်မူ၍ အနိစ္စကို အဖန်ဖန်ရှုလျက် အနိစ္စထင်အောင် ထုတ်မည်ဟု ထွက်လေထုတ်တိုင်း အနိစ္စမနသိကာရ ရှေ့သွားမြဲစေရာ၏။

သိရန်အချက်

ယင်းသို့မြဲစေရာ၌ သိရန်အချက်များစွာရှိ၏၊ ချဲ့ဦးအံ့—ဝင်လေ ထွက်လေ၌ မြေဓာတ်၊ ရေဓာတ်၊ မီးဓာတ်၊ လေဓာတ်၊ အဆင်းဓာတ်၊ အနံ့ဓာတ်၊ အရသာဓာတ်၊ အဆီဩဇာဓာတ်ဟူ၍အမြဲအားဖြင့်ရုပ်ဓာတ် ၈ ပါးရှိ၏အသံဖြစ်သောအခါ သဒ္ဒဓာတ်နှင့်တကွ ရုပ်ဓာတ် ၉ ပါးရှိ၏၊ ထိုတွင် မြေ ရေ လေ မီး ဟူသော ဓာတ်ကြီး ၄ ပါးသည်သာ လိုရင်းပဓာနတည်း။

ဝင်လေထွက်လေကို အာရုံပြုသော စိတ်ဓာတ်အမှုကြီး ၄ ပါးကို အာရုံပြုသောစိတ် ထိုစိတ်တို့၌ပါရှိသော သတိဝီရိယ ဉာဏ်ပညာတို့သည် နာမ်မည်ကုန်၏။

တကိုယ်လုံး၌ ရုပ်ခေတ်အမှုကြီး ၄ ပါးသည် ကံကြောင့်ဖြစ်သည့် ၄ ပါး၊ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သည့် ၄ပါး၊ ဥတုကြောင့်ဖြစ်သည့် ၄ ပါး၊ အာဟာရကြောင့်ဖြစ်သည့် ၄ ပါးဟူ၍ ရုပ်ဖြစ်ကြောင်း ၄ ပါးကိုသိရာ၏။

စိတ်ခေတ်၌မူကား ဝင်လေထွက်လေဟူသော အာရုံကိုငင်း၊ မှီရာဝတ္ထုရုပ်ကိုငင်း အစွဲပြု၍ သူ့ဝင်လေနှင့် သူ့စိတ်၊ သူ့ထွက်လေနှင့် သူ့စိတ် နေရောင်ခြည်မျှင် တံလျှပ်မျှင် တို့ကဲ့သို့ အစဉ်ဖြစ်ပွားနေသည်ကိုသိရာ၏။

မြေခေတ် ရေခေတ် မီးခေတ် လေခေတ် စိတ်ခေတ်ဟူ၍ ငါးခေတ်ကြီး ၅ ပါး၊ ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရ ဟူ၍ ရုပ် ဖြစ်ကြောင်းတရား ၄ ပါး ဝတ္ထု–အာရုံဟူ၍ နာမ်ဖြစ်ကြောင်းတရား ၂ ပါး ဤတရားအစုံကို ရုပ်နာမ် ၂ ပါး ပြု၍ ထားပြီးလျှင် ထိုတရားအစုံတို့ကိုငင်း ထိုတရားအစုတို့၏ ဖြစ်ပျက်မှုကိုငင်း ဉာဏ်ဖြင့်စေ့စေ့ရှုပွား၍–

၁။ ရူပံ အနိစ္စံ ခယဋ္ဌေန၊
၂။ ရူပံ ဒုက္ခံ ဘယဋ္ဌေန၊
၃။ ရူပံ အနတ္တာ အသာရကဋ္ဌေန။

က။ ရုပ်တရားသည်ဖြစ်ပြီး၍ ပျက်စီးခြင်း ကုန်ခန်းခြင်း အနက်သဘောကြောင့် မမြဲပါတကား။

ခ။ ရုပ်တရားသည် ဖြစ်ခြင်း–ပျက်ခြင်းဘေးအပေါင်းတို့၏ အမြဲမပြတ်နှိပ်စက်၍နေခြင်း အနက်သဘောကြောင့် ဆင်းရဲလှပါတကား။

၈။ ရုပ်တရားသည် အားကိုးအားထားစရာ အနှစ်သာရ ဟူ၍ တစုံတရာမျှမရှိသော အနက်သဘောကြောင့် ကိုယ်အတ္တ မဟုတ်ပါတကား။

ဟူ၍ လက္ခဏာရေး ၃ ပါးဖြင့် အဖန်ဖန် သုံးသပ်ခြင်းဟူသော ဝိပဿနာတရားကို ရှုပွားအားထုတ်ရာ၏။ (အာနာပါနဒီပနီ)

အာနာပါနကို ဓမ္မာနုပဿနာလာ

ကာယာယတနအနေ ကာယာယတနအနေ ရှုပွားလိုသော်

ဝင်လေထွက်လေကိုမှ ရှုပွားဘဲ နှာခေါင်း

ဖျား အထက်နှုတ်ခမ်းဖျား၌ တိုးမှုထိမှုအရကိုသာ ရှုပွားရမည် ဖြစ်၏။ မှန်၏—အာနာပါနကိုရှုက ကာယာနုပဿနာလာ အာနာပါနဖြစ်၏၊ ယင်းအာနာပါန၏ ထိရာဌာနကိုရှုက ဓမ္မာနုပဿနာလာ ကာယာယတနဖြစ်၏၊ သို့ဖြစ်၍ ဓမ္မာနုပဿနာလာ ကာယာယတနခေါ် ကာယပသာဒရုပ်ကို ထိမှုအပေါ်မှာ ရှုပွားလိုလျှင်—

၁။ ကာယပသာဒ အကြည်ရုပ်ခေတ်၏ အထိခံရချက်ကိုလည်း သိရမည်၊

၂။ အကြည်ရုပ်ခေတ်သို့ လာထိသော အထိ အတိုး၊ အဘုန်း၊ အကန်၊ အတိုက်ခေတ်ကိုလည်း သိရမည်၊

၃။ ယင်းအခံ အကြည်ရုပ်ဓာတ်နှင့် အထိအတိုက်ရုပ်ဓာတ်တို့ ထိမိ တိုးမိကြ၍ အသိပေါ်လာရာ ယင်းအသိ၌ ပူးတွဲပါလာသော သံယောဇဉ်ကိုလည်း သိရမည်၊

၄။ ထိတွေ့ချိန်တုန်းက မဖြစ်ပေါ်သေးသော သံယောဇဉ်ကို ပေါ်လာခဲ့လျှင် ယင်းကိုလည်း သိရမည်၊

၅။ ထိတွေ့ချိန်တုန်းက သံယောဇဉ်တို့ ပေါ်လာခဲ့လျှင် ပယ်ဖျောက်ရမည်၊ ယင်းပယ်ဖျောက်မှုကိုလည်း သိရမည်၊

၆။ ယင်းသို့ပယ်ဖျောက်လိုက်ခြင်းကြောင့် နောင်အခါ လုံးဝပေါ်လာခွင့် မရှိနိုင်တော့သည့် အဆင့်သို့ ရောက်သွားလျှင်လည်း ယင်းအခြေအနေကို သိရမည်။

ရှုပွားပုံ

"ရှုပွားသော်....ဝင်လေ ထွက်လေထိရာ တိုးရာဌာနတွင် ယောဂီ၏ အသိတွင် ထိမှု တိုးမှု ထင်ရှားရာမှ အသိကပ်ကာ စတင်ရှုပွားပါ၊ ရှုပွားသော် ဝင်လေ ထွက်လေ ၂ မျိုးတို့၏ ထိမှုတိုးမှုသက်သက် အပေါ်မှာသာ ရှုပွားနေရမည်၊ ဝင်လေ ထွက်လေ ၂ မျိုးနောက်သို့မလိုက်ပါ မရှုပွားရ"။

ယင်းသို့ ထိမှုတိုးမှု အပေါ်မှာသာ အသိကပ်ကာအကြိမ်ကြိမ်အထပ်ထပ် ဆက်ကာဆက်ကာ ရှုပွားနေခဲ့သော် အထုံခံအတိုးခံ၏ သဘောကတမျိုး၊ ထိတိုးနေမှု သဘောကတမျိုး

ယင်း ၂ မျိုးအပေါ်မှာလိုက်ကာ သိနေမှု သဘောကတမျိုး၊ ယင်းသိမှု၌ ကျယ်လာပုံ သိမှုတမျိုးဝင်လာပုံ သိမှုလျော့သွားပုံ လွင့်သွားပုံ ပြန်ငြိမ်လာပုံစသည်တို့ကို သတိသမာဓိအားကောင်း သလောက်နှင့် ပညာသိဝင်သလောက် သိလာပါလိမ့်မည်။ ဆက်ရှုသော် လိုရာသို့ ရောက်ပါလိမ့်မည်။ (ဉာဏ်လှေခါးကျမ်းကြီး)

ရူပကမ္မဋ္ဌာအနေရှုပွားလိုသော်

အာနာပါနခေါ် ဝင်လေထွက်လေကို ဓမ္မာနုပဿနာလာ ရူပကမ္မဋ္ဌာအနေရှုပွားလိုသော် ရုပ်၏လက္ခဏာစသည် ၄ ချက်နှင့် ရုပ်ဖြစ်ကြောင်း ချုပ်ကြောင်း ရုပ်အရေအတွက်တို့ကိုဦးစွာ သိထားရမည်ဖြစ်၏။

၁။ ရုပ်သည် ဖောက်ပြန်လွယ်သော သဘောရှိ၏။
၂။ ဖရိုဖရဲ ကြဲလာတတ်သော အနေရှိ၏။
၃။ သူ့အလိုလိုဖြင့် တစုံတရာကိုမျှ မပြုလုပ်ပေးတတ်ပုံသာ ထင်မြင်နိုင်ခွင့်ရှိ၏။
၄။ တစုံတရာပြုလုပ်ရေးအတွက် ဝိညာဏဓာတ်ကသာ အကြောင်းခံ ပေးချက်ရှိသော အရာသာဖြစ်၏။

ဖြစ်ကြောင်း ချုပ်ကြောင်းတို့ကို ခန္ဓာပိုင်းတွင်ရှုပါ၊ ရုပ်အရေအတွက်မှု ကျယ်လွန်း၍မရေးတော့ပါ။ ယင်းသို့ သက်ဆိုင်ရာတို့ကို သိထားပြီးသော် ဝင်လေထွက်လေ ရုပ်၌ဖောက်ပြန်လွယ်သောသဘောကိုဖြစ်စေ၊ သို့မဟုတ် ဖရိုဖရဲကြဲတတ်သော သဘောကိုဖြစ်စေ၊ အရှုခံအာရုံထားပြီး ရှုပွားသော် ရုပ်၏သဘောသဘာဝ

ဖြစ်ကြောင်း ချုပ်ကြောင်းတို့ကို သိလာပြီးလျှင်—

 က။ "ဤတိ ရူပံ—ရုပ်ဆိုတာ ဒီလိုသဘော ရှိပါတကား"

ခ။ ဣတိ ရူပဿ သမုဒယော—ရုပ်ဖြစ်ကြောင်းဆိုတာ ဒီလိုသဘောရှိပါတကား"

ဂ။ "ဣတိ ရူပဿ အတ္ထင်္ဂမော—ရုပ်ချုပ်ငြိမ်းကြောင်း ဆိုတာ ဒီလိုသဘောရှိပါတကား"

ဟူ၍ ရှုပွားနိုင် သိမြင်နိုင်လာပါလိမ့်မည်။ (ဉာဏ်လေ့ခါးကျမ်းကြီး)

အကျိုးအာနိသင် "ဝေံ ဟာဝိတာ ခေါ်ဘိက္ခဝေ အာနာပါနဿတိ ဧဝံဗဟုလီကတာ မဟာပ္ဖလာ ဟောတိ မဟာနိသံသာ—ရဟန်းတို့ ဤသို့ပွားများအပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပြုလုပ်ထားအပ်သော **အာနာပါန**ဿတိသည် များမြတ်သောအကျိုး အာနိသင်ရှိ၏။ (အာနာပါနဿတိသုတ်)

၁။ ငြိမ်းလည်း ငြိမ်းချမ်း၏။

၂။ ပရိကမ္မ ဥပစာဖြင့် ထေးဖာလောင်းစွက် ရောယှက်မရှိ ပကတိရင်း ငြိမ်သက်ခြင်းလည်းရှိ၏၊

၃။ မရောင့်ရဲစေတတ် မြတ်လည်းမြတ်၏။

၄။ ဝင်စားတိုင်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကို ချမ်းသာစေတတ်၏။

၅။ ကာမဝိတက် စသော မိစ္ဆာ ဝိတက် ကြံမှားချက်ကို ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်နိုင်စွမ်းရှိ၏။

၆။ မဂ် ဖိုလ်တို့၏ အကြောင်းရင်းမူလ ဝိပဿနာ အခြေပါဒက ဖြစ်၏၊

၇။ ခဏချက်ခြင်း မကောင်းမှုကို ခွဲထု ခါထွက် ပယ်ဖျက်တတ်၏၊

၈။ စုတိစရိမကဖြစ်၍ အဆုံး၌ဖြစ်ကုန်သော ဝင်လေထွက်လေတို့လည်း ထိုယောဂီအား ထင်ရှားကုန်၏။

တူးခြားချက် ဤအာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ တပါးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ကို ပွားများ၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အသက်ရှင်သော ခဏ၏ အပိုင်းအခြားကို ပိုင်းခြား နိုင်သည်လည်းရှိ၏။ မပိုင်းခြားနိုင်သည်လည်းရှိ၏၊ အာနာပါနဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများ၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား အသက်ရှင်သော ခဏ၏ အပိုင်းအခြားကို ပိုင်းခြားနိုင်သည်သာလျှင်တည်း။

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်သည် ''ယခုအခါ၌ ငါ၏ အာယုသင်္ခါရတို့သည် ဤမျှလောက် ကာလပတ်လုံး ဖြစ်ကုန်လတံ့၊ ဤမျှလောက်ထက် အလွန်မဖြစ်လတံ့''ဟုသိ၍ မိမိ၏ သဘောအားဖြင့်သာလျှင် ကိုယ်လက် သုတ်သင်ခြင်း၊ သင်းပိုင်ဝတ်ခြင်း၊ ကိုယ်ရုံဝတ်ခြင်းအစရှိကုန်သော ကိစ္စအားလုံးတို့ကို ပြုပြင်ပြီးမှ မျက်စိတို့ကို မှိတ်ကုန်၏။

စိတ္တလဲဘာတောင်ကျောင်းတိုက်၌သီနောင်

ပုံစံသာဓက ထေရ် ၂ ပါး သီးတင်းသုံး နေတော်မူ၏၊ ထိုတွင် ထေရ်တပါးသည် လပြည့်ဥပုသ်နေ့၌ ပါတိမောက်ပြပြီးသော် ရဟန်းအပေါင်းခြံရံလျက် မိမိနေရာအရပ်သို့လာ၍ စင်္ကြံ၌ရပ်ပြီး လရောင်ဖြင့် တစိမ်းစိမ်းကြည့်ရှုကာ မိမိ၏ အာယုသင်္ခါရတို့ကို စူးစမ်းမြော်တင်းလျှင် "ငါ၏ အာယုသင်္ခါရတို့ကား ကုန်ပြီ"ဟုသိ၍ ရဟန်းတို့ကို မိန့်တော်မူ၏—

"ငါ့ရှင်တို့၊ သင်တို့သည် အဘယ်ဣရိယာပုထ်ဖြင့် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုကုန်သော ရဟန်းတို့ကို မြင်ဘူးကုန်သနည်း"

"အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့သည် နေရာ၌ ထိုင်နေကုန်လျက် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသော ထေရ်တို့ကို မြင်လိုက်ဘူးပါကုန်၏။

"အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်တို့သည်ကောင်းကင်၌ ထက်ဝယ်ပလ္လင်ဖွဲ့ခွေ၍ ထိုင်နေကုန်လျက် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသော ထေရ်တို့ကို မြင်လိုက်ဘူးပါကုန်၏"

ဤသို့စသည်ဖြင့် ရဟန်းတို့သည် မိမိတို့မြင်လိုက်ဘူးသည့်အတိုင်း အသီးသီး လျှောက်ထားကြသောအခါ ထေရ်က.... "ငါ့ရှင်တို့၊ ငါသည် ယခုအခါ၌ သင်တို့ကို စင်္ကြံကြွလျက်သာလျှင် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသည်ကို ပြပေအံ့" ဟု မိန့်ပြီးလျှင် စင်္ကြံ၌ ကန့်လန့်အရေးအသား အမှတ်တခုပြုလုပ်ကာ "ငါ့ရှင်တို့၊ ငါသည် ဒီဘက် စင်္ကြံစွန်းမှ ဟိုဘက်စင်္ကြံစွန်းသို့ သွား၍ ဟိုဘက် စင်္ကြံစွန်းမှ ဒီဘက်စင်္ကြံ စွန်းသို့ ပြန်လာသည်ရှိ

သော် ဒီကန့်လန့်အရေးအသားအမှတ်သို့ ရောက်လျှင် ပရိနိဗ္ဗာန် ပြုပေအံ့"မိန့်တော်မူပြီးသော် စင်္ကြံသို့တက်၍ ဟိုဘက်စင်္ကြံစွန်း သို့သွားပြီး ဒီဘက်စင်္ကြံစွန်းသို့ ပြန်လာသည်ရှိသော် ခြေတဖက် ဖြင့် ကန့်လန့်အရေးအသား အမှတ်ကို နင်းမိသောခဏ၌ပင် ပရိ နိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

အာနာပါနနှင့်ဘာဝနာ

"အာနန္ဒ–သတိလွတ်သော ဆင်ခြင် ဥာဏ်မဲ့သူ့အား အာနာပါနသတိ သမာဓိ ဘာဝနာကို ငါမဟော"ဗုဒ္ဓကဤ သို့လျှင် ဘိက္ခုအာနန္ဒအား မြွက်ဆိုခဲ့သည်။

အာနာပါန ဘာဝနာကို ပွားရာ၌ သတိမလွတ်စေရ၊ စိတ်ကဟိုဟိုသည်သည် ရောက်မနေရ။ ပျံ့လွင့်မနေရ။သတိလွတ် ကာ အဆင်ခြင်ကင်းမဲ့ပြီး မူးဝေလဲကျ မျော မေ့သွားခြင်း များကား အာနာပါနအလုပ်၏ ဖြစ်ရပ်များမဟုတ်။

"အာနာပါန ဘာဝနာကိုပွားရာ၌ မည်သည့်အခါတွင် မဆို ကိုယ်၏တုန်လှုပ်မှု၊ စိတ်၏တုန်လှုပ်မှုမဖြစ်"။

အာနာပါနသမာဓိကား ဟိုတွေး၊ သည်ကြံ၊ ပြေးလွှား လှုပ်ရှားနေသောစိတ်ကို ငြိမ်ဝပ်အောင် ထိန်းသိမ်းရာတွင် မှန်မြတ်လှသော ကျင့်စဉ်ဖြစ်၏။

ဝင်သက် ထွက်သက်တို့ကို သတိမလွတ်စေဘဲ၊ နှုတ်ဖျား အပေါ်နှင့် နှာဖျားမှနေ၍ သိမ်းဆည်းရှုမှတ် (ဝါ) အာရုံစိုက်၍

ဖမ်းယူနေရသော အလုပ်ဖြစ်သဖြင့်လည်း စိတ်အာရုံကို တခြား မလွင့်ပါးရအောင် ကာဆီးထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။

အာနာပါန ဘာဝနာကို လွယ်သည်ဟုထင်မှတ်ကြသည်။ အမှန်အားဖြင့် အာနာပါနဘာဝနာကား လွယ်ကူသောဘာဝနာ မဟုတ်၊ ဗုဒ္ဓနှင့် ပစ္စေကဗုဒ္ဓများ သာဝကသူမြတ်များ၏ နှလုံး သွင်းရာ ဘာဝနာတရပ်သာဖြစ်သည်။ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တို့ နည်း ကျစွာ ပွားများဘို့ခက်ခဲလှသော ဘာဝနာဖြစ်ရာ သတိပညာ အားကောင်းသူတို့သာ ပွားများနိုင်သည့် ဘာဝနာဖြစ်သည်။

ဘာဝနာဖြစ်ပွားအောင် ပွားများခြင်း

အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းအတွက် ရှာဖွေမှု၊ ပြင်ဆင်မှုတွေ လုပ်နေစရာမလို။ ကသိုဏ်းကဲ့သို့ အာရုံပြုဘို့ရာ ကသိုဏ်း ဝန်းစသည်မလို။ အသုဘစသည်ကဲ့သို့လည်း ရှုစရာအပုပ်ကောင် စသော အရာဝတ္ထုမလို။ ထို့ကြောင့် အာနာပါန ဘာဝနာ မှာ ကယိုကထမများသော ဗာဟိရ လုပ်စရာတွေကင်းသည့် ဘာဝနာတခုဖြစ်ပေသည်။

အာနာပါနကို ပွားလျှင် ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ချမ်းသာ သည်။ အကုသိုလ်တွေပျောက်ကွယ်သည်။ စ—ပွားသည့်အချိန် မှစ၍ အာနာပါန သတိအာရုံဖြစ်သည်မှစ၍ အကုသိုလ်တွေ ထပ်မံမဖြစ်နိုင်တော့။

အာနာပါနသည် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဖြစ် သည်။ ဝင်သက်ထွက်သက်ကို "ကာယ" ဆိုသည်။ သတိမှာ

ဝင်သက်ထွက်သက်အာရုံမှာ ကပ်ပြီးတည်နေသဖြင့် "ဥပဋ္ဌာန" ဟုဆိုသည်။ သတိဖြင့် ဝင်သက်ထွက်သက်ကိုရှုသည်။ ရူပကာယ နာမကာယ အာရုံပြုသောအားဖြင့် ကပ်၍တည်သည့်အတွက် ဥပဋ္ဌာနဟုလည်းဆိုရသည်။ အမြဲအောက်မေ့ မှတ်ထင်နေသောကြောင့် သတိဟုလည်းဆိုရသည်။

ဝင်သက်ထွက်သက်ဟူသည် ကာယ၌ အဖန်ဖန်ရှုသဖြင့် ကာယနုပဿနာလည်းမည်သည်။ သတိအမြဲကပ်သဖြင့်ဆက်ဥပဋ္ဌာန၊ (ဝါ) သတိပဋ္ဌာနမည်သည်။ ထို့ကြောင့် ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်မည်သတည်း။

ဤဘာဝနာကို စတင်အားထုတ်သည့် ယောဂီအတွက် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းအနေဖြင့် ပထမ စတုက္ကကို ဗုဒ္ဓကဟောခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ဘာကြောင့်နည်း၊ သမထဖြစ်မှ (ဝါ) နိဝရဏဟူသော အပိတ်အပင်၊ အဘားအဆီးတွေ ကိလေသာ ညစ်ငြူးမှုတွေ ကင်းနေမှု၊ ငြိမ်းစဲနေမှု၊ ရှေ့သို့တက်နိုင်မည်ဖြစ်၏။

ပါရိဟာရိယအာနာပါန မပြမီကြို့တင်၍ သိအပ်သောကိစ္စတို့ကိုပြခြင်း

ပုဗ္ဗကိစ္စဖြစ်သော သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်ပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပါရိဟာရိယ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်အံ့သောငှာ အားမထုတ်မီ ရှေးကာလ-ကို ကြို့တင်၍သိအပ်သော ကိစ္စတို့ကို ချဲ့၍ပြဦးအံ့။

သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်း၌ အပါအဝင်ဖြစ်သော သေခြင်းတရားကိုကျေနပ်အောင်နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်ပြီးသောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သမာဓိ သမထဖြစ်သော ပါရိဟာရိယ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်အပ်သည်။

ပါရိဟာရိယ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားမထုတ်မီ သိအပ်သောကိစ္စတို့ကား လူတို့၏သီလဝိသုဒ္ဓိ၊ ရှင်သာမဏေတို့၏ သီလဝိသုဒ္ဓိ၊ ရဟန်းတော်တို့၏ သီလဝိသုဒ္ဓိ ပြခဲ့ပြီးပြီ။

ဤသို့ပြခဲ့သည်တို့၌ကလျာဏအားဖြင့် အာဒိကလျာဏ၊ သိက္ခာအားဖြင့် သီလသိက္ခာ၊ ခန္ဓအားဖြင့် သီလက္ခန္ဓ၊ အဓိကအားဖြင့် အဓိသီလ၊ သုဒ္ဓိအားဖြင့် သီလဝိသုဒ္ဓိ— အစရှိသည်တို့နှင့် ကိစ္စအားဖြင့် သမထ ဝိပဿနာတို့၏ ရှေးဦးစွာ ပြုအပ်သောပုဗ္ဗကိစ္စ သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပြပြီး—

ယခုအခါ ပြအံ့သည်တို့ကား ကလျာဏအားဖြင့် မဇ္ဈေကလျာဏ၊ သိက္ခာအားဖြင့် သမာဓိသိက္ခာ။ ခန္ဓာအားဖြင့် သမာဓိခန္ဓာ၊ အဓိအားဖြင့် အဓိစိတ္တ၊ သုဒ္ဓိအားဖြင့်စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ စသည်တို့ကိုပြအံ့သော်ငှာ ရောက်ပြီ။

သမာဓိသိက္ခာဟု ဆိုအပ်သော စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ စသည်တို့ကို မပြမီ အားမထုတ်မီ ၎င်းတို့နှင့်စပ်အပ်သော ပရိက္ခံတို့ကိုသိကြပြုကြရပေဦးမည်၊ အနည်းငယ်ပြဦးအံ့။

တရားကို အားထုတ်အံ့သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့်လျော်စွာ ပလိဗောဓတို့ကို ဖြတ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးတတ်သော ဆရာကိုကပ်လျက် လျောက်ပတ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများအားထုတ်နိုင်ရန် အလို့ငှာ မ လျောက်ပတ်သော

ကျောင်းကိုပယ်၍ လျောက်ပတ်သောကျောင်း၌ နေထိုင်လျက် အစုံးလုံးသော ဘာဝနာ အစီအရင်ကို မဆုတ်ယုတ်အောင် ပြု လုပ်ပြီး ဆရာသည် ပြအပ်သော တရားတော်ကိုနားထောင်၍-

(၁) အမှု၌မွေ့လျော်ခြင်း–ကမ္မာရာမ၊
(၂) စကားပြောခြင်း၌ မွေ့လျော်ခြင်း–ဘဿာရာမ၊
(၃) အပေါင်းအဘော်၌ မွေ့လျော်ခြင်း–သင်္ဂဏိကာ ရာမ၊
(၄) အိပ်ခြင်း၌ မွေ့လျော်ခြင်း–နိဒ္ဒါရာမ စသည်တို့ ကိုရှောင်ကြဉ်ရမည်။

အမှု၌ မွေ့လျော်ခြင်း–ကမ္မာရာမ စသည်တို့ကို ရှောင် ကြဉ်၍ လေးဆယ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့တွင် စရိုက်အား လျော် သော တပါးပါးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆရာသည် ပြအပ်သော အစီအစဉ်ဖြင့် မဆုတ်ယုတ်အောင် လျောက်ပတ်သောကျောင်း ၌နေထိုင်၍ ပွားများအားထုတ်အပ်၏ဟု ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ ပြအပ်သည်နှင့်အညီ ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဝိတက်မများစေဘဲ စိတ်ထားတည်ကြည်စွာဖြင့် အားထုတ်အပ်၏။

ဝိတက်သည် ကာမဝိတက်စသော ဝိတက်ကြီး ဝိတက် ငယ်အသွယ်သွယ်တို့ကို များသည့်အလျောက် ရောက်တတ် ရာ ရာ ကြံစည်တတ်သဖြင့် ဝိတက်နှင့် တွေ့ကြုံက ခုန်၍မထွက်နိုင် သဖြင့် “ငါ၏ ချစ်သား ရဟန်းများတို့....မခွာနိုင်လျက် ဆက်၍ ဆက်၍ တွေးတောကြံစည်တတ်သည့် မကောင်းစိတ်ချာ ယုတ် မာသော အကုသလ ဝိတက်တို့ကို တွေးတော ဖန်ဖန်အိပ်မက်

သောဟန်ပြန်၍ ပြန်၍ မကြံစည်ကြကုန်လင့်”ဟုဟောကြား တော်မူသည်၊ ထိုကြောင့်—

မာ ဘိက္ခဝေ ပါပကေ အကုသလေ ဝိတက္ကေ ဝိတက္ကေယျာထ။

ဘိက္ခဝေ၊ ဝိတက်ကို ပယ်ခွာလိုငြား ငါ၏ ချစ်သား ရဟန်းများတို့။ တုမှေဟိ၊ သင်ချစ်သားရဟန်းတို့သည်။ ပါပကေ၊ မကောင်းစုတ်ချာ ယုတ်မာကုန်သော။ အကုသလေ ဝိတက္ကေ၊ အကုသလ ဝိတက်တို့ကို။ ဝါ၊မခွါနိုင်လျက် ဆက် ကာ ဆက်ကာ စော၍ မက်မောဖန်ဖန် အိပ်မက်သောဟန်ကြံ စည်တတ်သော အကုသလဝိတက်တို့ကို။မာဝိတက္ကေယျာထ၊မကြံ စည်ကြကုန်လင့်။

ဤသို့ သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ဟောကြားမြွက် ဖော်ဆုံးမတော်မူသည်နှင့်အညီ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့်လျော်သော ပါရိဟာ ရိယအာနာပါနသမထ ကမ္မ- ဋ္ဌာန်းကိုအားထုတ်ကြရာ၏။ဤသို့အားမထုတ်မီကြို တင်၍သိထား အပ်သော သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ စကားတော်ပေတည်း။ ဝိတက်စိတ်သည် ပျက်စီးတတ်၏။

မကောင်းသည့် ဝိတက်စိတ်သည် အာရုံနှင့်တွေ့ကြုံသော အခါ ခုံခုံမင်မင် စုံစုံမက်မက် နှစ်နှစ်သက်သက် မြတ်မြတ်နိုးနိုး မျိုသိပ်တတ်သော သဘောသို့ ရောက်တတ်သည်၊ မျိုသိပ်တတ် သော သဘောသို့ရောက်၍ မြှုံးမိသောငါးကဲ့သို့ မခွါရက်

စုံမက်လျက်ပျက်စီးရလေ၏။အာရုံနှင့်တွေ့ကြုံသောအခါ အာ၀တ္တ
န မနိုင်ဘဲ အနွာ၀တ္တန ပတ္ထာ ၀တ္တန နိုင်ငံထဲသို့ ရောက်သွား
သဖြင့် မထွက်နိုင်ဘဲဖြစ်သွားသည်။

တွေ့ကြုံသောအာရုံကို မခုန်နိုင်သော ဈာန်ရ ရသေ့
ကြီး ဈာန်လျှောကျရလေသည်၊ တွေ့ကြုံသော သဒ္ဒါရုံကို
မခုန်နိုင်သောဈာန်ရ ကိုရင်ကလေးဈာန်လျှောကျ ရလေသည်။
တွေ့ကြုံသောဂန္ဓာရုံကိုမခုန်နိုင်သော ရဟန်းတော်တပါး အနံ့
ခိုးသည်ဟုစွပ်စွဲ ခံရလေသည်။ စသောအကြောင်းတို့ကြောင့်
ဝိတက်စိတ်သည် ပျက်စီးတတ်သော သဘောရှိ၍ ကြိုတင်၍
ရှောင်ရန်ကို "မာဝိတက္ကေယျာထ"ဟု ဟောကြားပြသဆုံးမ
တော်မူ၏။

ကာမဝိတက်စသည့် မကောင်းသောအကျိုးကိုပေးတတ်
သောကြောင့် ဝိဘက်ကိုဖြတ်ခြင်းငှာ ထွက်သက် ဝင်သက်လျှင်
အာရုံရှိသော အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများအပ်ကုန်၏ဟု
လည်းမှတ်အပ်၏။

'အာနာပါနဿတိ ဘာဝေတဗ္ဗာဝိတက္ကုပစ္ဆေဒါယ'

ဝိတက္ကု ပစ္ဆေဒါယ၊ ဝိတက်ကိုဖြတ်ခြင်းငှာ။ အာနာ
ပါနဿတိ၊ ထွက်သက်ဝင်သက်လျှင် အာရုံရှိသော အာနာပါ
နဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ကို။ ဘာဝေတဗ္ဗာ၊ ပွားများ အပ်၏။

ကာမဝိတက်စသော ဝိတက်ကြီး ဝိတက်ငယ်တို့ကိုတွေး
တော မက်မက် ဆက်ကာ ဆက်ကာ ကြံစည်လျက်နေလျှင် ရေ

ပြင်သို့ကျသော ဆားလို ပျက်စီးရမည်ကို မသိသော မောဟ ထူထဲသော တိမ်တိုက်နှင့်တူသော မောဟကို ပါးလျားအောင် မဖွမ်းဆောင်နိုင်သေးသည်ဖြစ်၍ အာရုံနှင့် တွေ့ကြုံသောအခါ မခွါမခွဲမပြတ်နိုင်သောသူသည် အပျက်အစီးခံရလေ၏။

အပျက်အစီးမခံလို၍ ပျက်စီးတတ်သော မောဟကို နိုင်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် “မောဟော အာနာပါနေ” ပြအပ်သည်ကို “အပ္ပမာဒေန သာမ္ပဒေထ” သိအပ်မှတ်အပ်၏။

ဤကား ပါရိဟာရိယအာနာပါနမပြမီ ကြို့တင်၍သိအပ်သော ကိစ္စတို့ကို ပြခြင်းတရပ်ပေတည်း။

သတ္တဝါတို့သည် စိတ်ဆောင်ရာသို့ လိုက်ကြရသည်ကိုပြခြင်း

စိတ်သည် ရူပ စသောအာရုံနှင့် တွေ့ကြုံသောအခါပြက တော့ စိတ်မဟုတ်ဘဲဆန်းကြယ်သောစိတ်ဖြစ်လာသဖြင့်ထားရာသို့ မနေ စေရာသို့မသွား သဘာဝအတိုင်း ဖြစ်တတ်လေသည်၊ လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းကို စိတ်သည်လိုရာသို့ပို့ဆောင် တတ်သည်၊ လိုရာလမ်းသို့ ဆွဲငင်တတ်သည်၊ အလုံးစုံသော လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့သည်လိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်ခြင်းသဘော တလမ်းသာရှိသော စိတ်အလို၊ ရောက်လိုရာလမ်း အစဉ် တစိုက် လိုက်ကြရသည်၊ ထို ကြောင့်—

စိတ္တေန နီယတိ လောကော၊ စိတ္တေန ပရိကဿတိ။
စိတ္တဿ ဧကဓမ္မဿ၊ သဗ္ဗေ၀ ၀သ မန္ဝဂူ။
(သဂါထာ ၀ဂ္ဂသံယုတ်)

လောကော၊လူအပေါင်းကို။ဝါ၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ ဟူဟိန္ဒဂူဝေနေယျအပေါင်းကို။ စိတ္တေန၊စိတ်သည်၊ နီယတိ၊လိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်၏။ လောကော၊လူအပေါင်းကို။ဝါ၊လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါဟူ ဟိန္ဒဂူဝေနေယျအပေါင်းကို။စိတ္တေန၊ စိတ်သည်။ ပရိကဿတိ၊ လိုရာလမ်းသို့ပင် ဆွဲငင်၏။ သဗ္ဗေ၊ အလုံးစုံကုန်သောလူနတ်ဗြဟ္မာသတ္တဝါဟူ ဟိန္ဒဂူဝေနေယျတို့သည်။ဧကဓမ္မဿ၊လိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်ခြင်းသဘောတလမ်းသာရှိသော။ စိတ္တဿ၊ လိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်ခြင်းသဘော တလမ်းသာ ရှိသော စိတ်၏။ ၀သံ၊အလိုသို့။ဝါ၊ ရောက်လိုရာစခန်းလိုရာလမ်းသို့။ အန္ဝဂူ၊ အစဉ်တစိုက် လိုက်ကြရကုန်၏။

သတ္တဝါတို့ကို စိတ်သည်လိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်သည်၊ သတ္တဝါတို့သည်လိုရာလမ်းလည်းရှိ၏။

ဤကားသတ္တဝါသည်စိတ်ဆောင်ရာသို့အစဉ်တစိုက်လိုက်ရခြင်းပေတည်း။

နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း လမ်းကောင်းလမ်းမှန်ကား
သမထ ဝိပဿနာဖြစ်သည်ကိုပြခြင်း

သတ္တဝါတို့သည် အသင်္ခတဓာတ် မြတ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ခြင်း၏ အကြောင်းကို တွေ့ဝေကြသည်။ မတွေ့ဝေကြ

ရန် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ခြင်း၏အကြောင်းပြဦးအံ့၊ အကြောင်းလမ်းတွေက အသွယ်သွယ်ဖြစ်နေသဖြင့် ဘယ်လမ်းကိုမှန်း၍ ဘယ်လမ်းသို့ ပို့မည်မသိ၊ စိတ်သည်လူ့ပြည် သို့ သွားမည့်လမ်းကို ပို့မည်လား၊ နတ်ပြည်သို့ သွားမည့်လမ်းကို ပို့မည်လား၊ ဗြဟ္မာပြည်သို့ သွားမည့်လမ်းကို ပို့မည်လား၊ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ရောက်မည့်လမ်းကို ပို့မည်လား၊ အသင်္ခတဓာတ် မြတ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်မည့်လမ်းကို ပို့မည်လား၊ လိုရာလမ်းသို့ ပို့ဆောင်ခြင်းသဘောတခုသာရှိသော စိတ်၏အလိုသို့ သတ္တဝါဟူ ဟိန္ဒူဂူဝေနေယျ အများတို့သည် အစဉ်တစိုက် လိုက်ကြ ရတော့မည့် အကြောင်းအကျိုး လမ်းတို့သည်ကား အခါတပါး၌—

(၁) နိဗ္ဗာန်—နိဗ္ဗာန်ဟု လောက၌ ခေါ်ဝေါ်ကြရာ အဘယ်သို့သော သဘောသည် နိဗ္ဗာန်မည်ပါသနည်းဟု မေးမြန်းရာ—

ရာဂက္ခယော ဒေါသက္ခယော မောဟက္ခယော နိဗ္ဗာနံ-ရာဂကုန်ခန်းခြင်း—ဒေါသကုန်ခန်းခြင်း—မောဟ ကုန်ခန်းခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်ဟုဖြေကြား၏။

(၂) ရဟန္တာ-ရဟန္တာဟုလောက၌ ခေါ်ဝေါ်ကြရာ အဘယ်သို့သော သဘောသည် ရဟန္တာမည်ပါသနည်းဟု မေးမြန်းရာ—

ရာဂက္ခယော ဒေါသက္ခယော မောဟက္ခယော အရဟန္တော— ရာဂ ကုန်ခန်းခြင်း—ဒေါသ ကုန်ခန်းခြင်း—မောဟ ကုန်ခန်းခြင်းသည် ရဟန္တာဟုဖြေကြား၏။

(၃) အသင်္ခတ—အသင်္ခတဟု လောက၌ ခေါ်ဝေါ် ကြရာ အဘယ်သို့သောသဘောသည် အသင်္ခတ မည်ပါသနည်း ဟု မေးမြန်းရာ—

ရာဂက္ခယော ဒေါသက္ခယော မောဟက္ခယော အသင်္ခတံ ရာဂကုန်ခန်းခြင်း—ဒေါသ ကုန်ခန်းခြင်း မောဟ ကုန်ခန်းခြင်း သည်အသင်္ခတဟု ဖြေကြား၏။

(၄) အသင်္ခတဂါမိ မဂ္ဂေါ—အသင်္ခတဂါမိ မဂ္ဂေါဟု လောက၌ ခေါ်ဝေါ်ကြရာ အဘယ်သို့သော သဘောသည် အသင်္ခတ ဂါမိ မဂ်မည်ပါသနည်း။ ဝါ—နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ခြင်း ၏အကြောင်းသည် အဘယ်ပါနည်းဟု မေးမြန်းရာ—

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ အသင်္ခတ ဂါမိမဂ္ဂေါ၊ သမထော စ ဝိပဿနာ စ၊ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ အသင်္ခတဂါမိမဂ္ဂေါ။

ဘိက္ခဝေ၊ အသင်္ခတ ဓာတ် မြတ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ရောက် ခြင်း၏ အကြောင်းနှလုံးကောင်းဖြင့် သိလိုအရေး မေးကြ ပေငြား ငါ၏ချစ်သားရဟန်းများတို့။ တုမ္ဟေ၊ ငါ၏ချစ်သား သင် ရဟန်းများတို့သည်။ အသင်္ခတဂါမိမဂ္ဂေါ၊ အသင်္ခတဂါမိမဂ် သည်။ ဝါ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ခြင်း၏အကြောင်းသည်၊ ကတမော စ၊ အဘယ်နည်း။ ဣတိစေ၊ ဤသို့မေးကုန်ငြားအံ့၊ သမထော စ သမထသည်လည်းကောင်း။ ဝိပဿနာ စ၊ ဝိပဿနာသည်လည်း ကောင်း။ အသင်္ခတဂါမိ မဂ္ဂေါ၊ အသင်္ခတဂါမိ မဂ်မည်၏။

ဝါ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ခြင်း၏အကြောင်းမည်၏။ ဘိက္ခဝေ၊ ငါ၏ ချစ်သား ရဟန်းများတို့။ အယံ၊ ဤသို့ဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသောစကား ကို။ အသခ်တဂါမိမဂ္ဂေါ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ခြင်း၏အကြောင်း ဖြစ်သောလမ်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ဆိုအပ်၏။

ဤသို့အသခ်တဓာတ် မြတ်သောနိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ခြင်း၏ အကြောင်းလမ်းကောင်းကို မေးမြန်းသဖြင့် သမထသည်လည်း ကောင်း၊ ဝိပဿနာသည်လည်းကောင်း၊ အသခ်ဘဓာတ် မြတ် သောနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း လမ်းကောင်းဖြစ်၏ဟု သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင် ဖြေကြားတော်မူသည်၊

ဤသည်ကား—နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ခြင်းအကြောင်းသမထ— ဝိပဿနာဖြစ်သည်ကို ပြခြင်းစကားပေတည်း။

သတ္တဝါတို့၏ စရိုက်အားလျော်စွာ ရွေးအပ်သော ပါရိဟာရိယအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပြခြင်း

ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်မည့် ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် စရိုက်အားလျော်စွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းရွေးအပ်သောအခါရောက်သဖြင့် ရွေးရတော့မည်၊ရွေး၍ပြဦးအံ့၊သမထ ဝိပဿနာတို့သည် အသခ် တဓာတ် မြတ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ခြင်း၏ အကြောင်းခရီး ကောင်းဟု ပြခဲ့သည်နှင့်အညီ ထိုသမထနှင့် ဝိပဿနာတို့ကိုအမှီ ပြုမည့်ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်း သာကိုရရန် ရကြောင်း၊ရောက်ရန် ရောက်ကြောင်း ကျောင်းမြတ်

သော သမထ ဝိပဿနာတရားတို့ကို အားထုတ် အပ်သော၊ သမထ ဝိပဿနာတရားတို့၏ ရှေးဦးစွာ အားထုတ် အပ်သော၊ ဗုဒ္ဓ ပုဗ္ဗကိစ္စ ဖြစ်သော သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ၌ ပြအပ်သည်နှင့်အညီ ပြခဲ့ပြီး၍ သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ တက်လျက် စရိုက်ရွေး၍ အားထုတ်အံ့သောအခါ ရောက်သဖြင့် စရိုက်နှင့်လျော်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရွေးရတော့မည် ဖြစ်သည်။

သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်ပြီးသော ယောဂါ ပုဂ္ဂိုလ်သည် စရိုက်အားလျော်စွာ ဆရာသည် ပေးအပ်သောလေးဆယ် (၄၀)သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့တွင် မိမိ မိမိတို့နှင့် ထိုထိုကို ထောက်၍ လျောက်ပတ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အမြဲမပြတ် နှလုံးသွင်းလျက် ဆောင်ရွက်အားထုတ်အပ်သောကြောင့်၎င်း၊အထက် အထက်၌ဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာအမှု၏ နီးစွာသော အကြောင်း၏ အဖြစ်ကြောင့်၎င်း၊ သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ တက်၍အားထုတ်အပ်သော စရိုက်နှင့်လျော်စွာ ပေးမည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ပါရိဟာရိယ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းမည်၏။ ထို့ကြောင့်—

> စတ္တာလီသာယ ပန ကမ္မဋ္ဌာနေသု ယံ ယဿ စရိယာနုကုလံ၊ တံ တဿ နိစ္စံ ပါရိဟာရိတဗ္ဗတ္တာ ဥပရိမဿ ဥပရိမဿ စ ဘာဝနာ ကမ္မဿ ပဒဋ္ဌာနတ္တာ ပါရိဟာရိယကမ္မဋ္ဌာနန္တိ ဝုစ္စတိ။

စတ္တာလီသာယ ပန ကမ္မဋ္ဌာနေသု၊အမျိုးလေးဆယ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့တွင်။ ယံ၊ အကြင်ကမ္မဋ္ဌာန်းသည်။ ယဿ၊အကြင် ယောဂါပုဂ္ဂိုလ်အား။ စရိယာနုကုလံ၊ စရိုက် အားလျော်၏။

တံ၊ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းကို။ ဝဏ္ဏေသိ၊ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်မည့် ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည်။ နိစ္စ ၊အမြဲမပြတ်။ ပါရိဟာရိတဗ္ဗတ္တာ စ၊ ရှက်ဆောင်အားထုတ်အပ်သည်၏ အဖြစ်ကြောင့်လည်းကောင်း။ ဥပရိမဿဥပရိမဿ၊ အထက်အထက်၌ ဖြစ်သောဘာဝနာ ကမ္မဿ၊ ပွားများအပ်သောဘာဝနာအမှု၏။ ပဒဋ္ဌာနတ္တာစ၊ နီးသောအကြောင်း၏ အဖြစ်ကြောင့်လည်းကောင်း။ ပါရိဟာရိယ ကမ္မဋ္ဌာနန္တိ၊ ပါရိဟာရိယ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟူ၍၊ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းအစီရင်ကို အားထုတ်ပြီးသော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းမှတက်၍၊စရိုက်အားလျော်စွာ အားထုတ်အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပါရိဟာရိယ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း ဟူ၍ မှတ်အပ်၏။

ထို့ကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား စရိုက်အားလျော်စွာ ပေးရမည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စရိုက်ကိုသိအံ့သော ငှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးသည့်ဆရာသည် ပရစိတ္တ ဝိဇာနနဉာဏ်ကို မရသဖြင့် အသိခက်အပေးခက်ရတော့မည်၊ထိုသို့ကား မဟုတ်သင့်၊ သတ္တဝါတို့သည် နုံ့နှေးလှသော မန္ဒပညာ ပေါများလှသော သမယဖြစ်၍ အမှန်ကိုမသိမမြင်နိုင်သော ထူထဲသော တိမ်တိုက်နှင့် တူသောမောဟ၊ ကျော်လွှားခုန်တက် အာရုံမကျ၍ မငြိမ်သက်သော မျောက်နှင့်တူသော ဝိတက်ကြီး—ဝိတက်ငယ် အသွယ်သွယ်တို့ကို ဖယ်ရှားသုတ်သင်နိုင်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းဟု ဆရာမြတ်တို့ပြအပ်သည်နှင့်အညီ သတ္တဝါတို့၏ စရိုက်အားလျော်စွာ ပြအပ်သောကမ္မဋ္ဌာန်းသည်ကား—

"အာနာပါနံ မောဟစရိတဿ ဝိတက္ကစရိတဿစ"

အာနာပါနံ၊ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည်၊ မောဟစရိတဿစ၊ မောဟ စရိုက်ကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်းကောင်း၊ ဝါ၊ တူထဲသော တိမ်တိုက်နှင့်တူသော မောဟ စရိုက်များသော ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်းကောင်း၊ ဝိတက္ကစရိတဿစ။ ဝိတက်စရိုက်ကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်းကောင်း၊ ဝါ၊ ကျော်လွှားခုန်တက် မငြိမ်သက်သော မျောက်နှင့်တူသော ဝိတက်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်းကောင်း၊သပ္ပါယံ၊ ထိုထိုကိုထောက်၍ လျောက်ပတ်၏။

လေးဆယ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့တွင် ကောဓမ္မော–တခုသော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် မောဟ စရိုက်–ဝိတက်စရိုက်များသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပေးထိုက်သော အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟူ၍ သိအပ်မှတ်အပ်၏။ နှလုံး၌သွတ်သွင်း၍ သိုမှီးထားအပ်၏။ထား:ပါလေ။

ဤကား သတ္တဝါတို့၏ စရိုက်အားလျော်စွာ ရွေးအပ်သော ပါရိဟာရိယ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းပေတည်း။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းသည် တထိုင်တည်း၌ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်ကြောင်းပြခြင်း

မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်သုံးတန်သော ချမ်းသာကို အမှန်အလိုရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သတ္တဝါတို့အား ထိုဆိုကိုထောက်၍ လျောက်ပတ်သဖြင့် ဆရာသည်ရွေး၍ ပေးအပ်သော အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို "သုလဒ္ဓမေဝ တံအာစရိယံ"ဟု မနသိကာရပြု၍

အထူးသဖြင့် ဝမ်းမြောက်လျက် တလက်လက်ဝင်း သောင်းထိုက် အဘွင်း၌ တလင်းတည်းလင်း ဝင်း၍နေသော ပတ္တမြားကြီးကို ရသကဲ့သို့ရင်း၊ ငါဘုရား၏ သာသနာတော်၌ ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုကြိုးပမ်းမယုတ် အာရဗ္ဘဝီရိယဖြင့် အားထုတ်သည် ရှိသော်။ ဝါ၊ အားထုတ်သောယောဂီသည် တထိုင်တည်းသော နေရာ၌ နေလျက်ပင်လျှင် အလုံးစုံသော အာသဝေါတရားတို့ ကုန်စင်၍ ရဟန္တာပင်ဖြစ်ရသည်ဟု ဟောကြားတော်မူအပ်သော စကားတော်ကို ဝမ်းမြောက်လျက်ရင်း၊ အထူးသဖြင့် ဝမ်းမြောက် ၍ ဆရာသည့် ပြုအပ်သော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ် တော့အံ့ဟု ဝမ်းပန်းတသာ အားထုတ်ကြရမည်။ ထို့ကြောင့်-

ဣဓဘိက္ခဝေ အာနာပါနဿတိံ အနုယုတ္တော ကောသနေ နိသိန္နောဝ သဗ္ဗာသဝေ ခေပေတွာ အရဟတ္တံ ပါပုဏာတိ။
(မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ)

ဘိက္ခဝေ၊ သာသနာတော်ထမ်း မြတ်ရဟန်းတို့။ ဣဓ၊ ဤငါဘုရား သာသနာတော်၌။ အာနာပါနဿတိံ၊အာနာပါ နဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို။ အနုယုတ္တော၊ ကြိုးပမ်းနှင်နှင် ယှဉ်သည် ဖြစ်၍။ ဝါ၊ ကြိုးပမ်းမယုတ် အားထုတ်သည်ဖြစ်၍။ ကော သနေ၊ တထိုင်တည်းသောနေရာ၌၊ နိသိန္နောဝ၊ နေလျက်သာ လျှင်။ သဗ္ဗာသဝေ၊ အလုံးစုံသောအာသဝေါတရားတို့ကို။ ခေပေတွာ၊ ကုန်စေ၍။အရဟတ္တံ၊ရဟန္တာအဖြစ်သို့၊ ပါပုဏာတိ၊ ရောက်နိုင်၏။

ဤစကားတော်သည် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သောကြောင့် အားထုတ်သောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တနေရာတထိုင်တည်း၌ပင် အလုံးစုံသော အာသဝေါတရားကုန်၍ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားသည်ကိုပြသည်။

အာသဝေါကုန်ခန်း၍ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်သုံးတန်သော ချမ်းသာကို လိုချင်တောင့်တ မျက်မှောက်ပြုလို ကြကုန်သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်ကြကုန်ရာ၏။

ဤကားအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် တထိုင်တည်း၌ ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်ကြောင်း ပြခြင်းစကားရပ်ပေတည်း။

အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သားတော်ရာဟုလာအား ပွားများစေသည်ကိုပြခြင်း

ထိုသို့ပြခဲ့သော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာကို သားတော်ရာဟုလာအား ပွားများအားထုတ်ရန် တိုက်တွန်း၍ များမြတ်သောအကျိုး–များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသည်ကို ပြတော်မူသည်။ထို့ကြောင့်–

အာနာပါနဿတိံ ရာဟုလ ဘာဝနံ ဘာဝေဟိ၊
အာနာပါနဿတိ ရာဟုလ ဘာဝနာ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ မဟပ္ဖလာ ဟောတိ မဟာနိသံသာတိ။
(မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိတော်)

ရာဟုလ၊ ချစ်သား ရာဟုလာ။ အာနာပါနဿတိံ၊ အာနာပါနဿတို ဟူသော။ ဘာဝနံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို။ ဘာဝေဟိ၊ ပွားများလော့။ရာဟုလ၊ချစ်သားရာဟုလာ။ အာနာပါနဿတိံ၊အာနာပါနဿတိဟူသော။ ဘာဝနာ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို။ဘာဝိတာ၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ ဗဟုလီကတာ၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများခြင်းကိုပြုအပ်သည်ရှိသော်။မဟပ္ဖလာ၊ များမြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ မဟာနိသံသာ၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက် ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာကို ချစ်သား ရာဟုလာအား ပွားများအားထုတ်စေတော်မူသည်။ ပွားများအားထုတ်သည်ရှိသော် များမြတ်သော အကျိုး၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိကြောင်းကိုလည်း ပြတော်မူသည်။ ဤသို့ ပွားများအားထုတ်စေသည်ကို မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ငါတို့အားလည်း ဤအတိုင်းပင် ပွားများအားထုတ်စေသည်ဟု ဝမ်းမြောက်လျက် ပွားများအားထုတ်အပ်၏။ အားထုတ်ကြပါလေ—ယောဂီမိတ်ဆွေအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့၊ ဤကား အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို သားတော် ရာဟုလာအား ပွားများစေ၍ မဟာနိသံသရှိသည်ကိုပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

တခုသော အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများသော် ရဟန္တာဖြစ်သည်ကို ပြခြင်း

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းသည် တခုသော ကမ္မဋ္ဌာန်းမည်၏။ တခုသော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားများကို ပွားများ

အားထုတ်ခြင်းကို ကြိမ်ဖန်များစွာပြုသည်ရှိသော် များမြတ်သော အကျိုး၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသည်ကို ပြခြင်း၊ တခုသော တရားဟူသည် အဘယ်တရားပါနည်း—ဟူသော အမေးကို ဧကဓမ္မော—တခုသောတရားသည် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းဟု မှတ်အပ်သည်၊ မှတ်အပ်သည်ကို ပြလိုသောကြောင့်—

ဧကဓမ္မော ဘိက္ခဝေ ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော မဟပ္ဖလော ဟောတိ မဟာနိသံသော။ ကတမော ဧကဓမ္မော၊ အာနာပါနဿတိ။ (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်)

ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့၊ ဧကဓမ္မော၊ တခုသောတရားကို။ ဘာဝိတော၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတော၊ ကြိမ်ဖန်များစွာပွားများခြင်းကို ပြုအပ်သည်ရှိသော်။ မဟပ္ဖလော၊ များမြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ မဟာနိသံသော၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဧကဓမ္မော၊ တခုသော တရားဟူသည်။ ကတမော၊ အဘယ်တရားပါနည်း။ အာနာပါနဿတိ၊ အာနာပါနဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းတရားသည်။ ဧကဓမ္မော၊ တခုသောတရားမည်၏။

ဧကဓမ္မော— တခုသော တရားဟူသည် အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းတရားဟု ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သိအပ်ပြီ။

ဤသို့ပြအပ်ခဲ့ပြီးသော တခုသော အာနာပါနဿတိသမာဓိတရားကိုပွားများသည်ရှိသော်၊ ကြိမ်ဖန်များစွာပွားများ

ခြင်းကို ပြုသည်ရှိသော် အာသဝေါတရားတို့ ကုန်ခန်းခြင်းငှာ ဖြစ်ပါ၏ဟု ဟောကြားတော်မူသည်၊ ထို့ကြောင့်—

တေသံ အာနာပါနဿတိ သမာဓိ ဘာဝိတော
ဗဟုလီကတော အာသဝါနံ ခယာယ သံဝတ္တတိ။
(သံယုတ်ပါဠိတော်)

တေသံ၊ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့အား။ အာနာပါနဿတိ၊ အာနာပါနဿတိဟူသော။ သမာဓိ၊ သမာဓိကို။ ဘာဝိတော၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ ဗဟုလီကတော၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများခြင်းကိုပြုအပ်သည်ရှိသော်။ အာသဝါနံ၊ အာသဝေါ တရားတို့၏။ ခယာယ၊ ကုန်ခန်းခြင်းငှာ။ သံဝတ္တတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ အာနာပါန သမာဓိတရားကို ပွားများအား ထုတ်သည်ရှိသော် ကာမာသဝ ဘဝါသဝ ဒိဋ္ဌာသဝ အဝိဇ္ဇာသဝ ဟူသော အာသဝေါတရားတို့ ကုန်ခန်းခြင်းဖြစ် သည်ကို သိအပ်သဖြင့် အာနာပါန သမာဓိတရားကို ကြိုးကြိုး စားစား အားထုတ်အပ်၏။

ဤကား တခုသော အာနာပါန သမာဓိ ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို ပွားများအားထုတ်သည်ရှိသော် အာသဝေါကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာဖြစ်သည်ကို ပြခြင်းပေတည်း။

အာနာပါန သမာဓိကို ပွားများသည်ရှိသော် မျက်မှောက်၌ ချမ်းသာသည်ကို ပြခြင်း

ထို့ပြင် တဝ ဤ ကေဓမ္မမည်သော အာနာပါန သမာဓိတရားကို အားထုတ်ပွားများသည်ရှိသော် မျက်မှောက်၌ ဒိဋ္ဌဓမ္မချမ်းသာစွာနေရခြင်းငှာရင်း၊ သတိသမ္ပဇဉ် ရှိရခြင်းသည် ရင်း ဖြစ်သည်ဟု သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သတ္တဝါတို့ အားသနားတော်မူလှသဖြင့် ဟောကြားပြသဆုံးမတော်မူသည်။

တေသံ ့ အာနာပါနဿတိ သမာဓိ ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ သုခဝိဟာရာစေဝ သံဝတ္တတိ သတိသမ္ပဇညာစ။ ။တေသံ၊ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့အား။ အာနာပါနဿတိ၊ အာနာပါနဿတိ ဟူသော။ သမာဓိ၊ သမာဓိကို။ ဘာဝိတော၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ ဗဟုလီကတော၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများခြင်းကို ပြုအပ်သည်ရှိသော်၊ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ၊ မျက်မှောက်၌။ သုခဝိဟာရာစေဝ၊ ချမ်းသာစွာနေရခြင်းငှာရင်း။ သတိသမ္ပဇညာစ၊ သတိသမ္ပဇဉ်ယှဉ်၍ နေရခြင်းငှာရင်း။ သံဝတ္တတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့သော ဘုရားရှင်၏ စကားတော် ဩဝါဒကို နားထောင်၍ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အာနာပါနဿတိဟူသော သမာဓိတရားကို ပွားများ အားထုတ်အပ်၏။ အာနာပါန သမာဓိတရားကို ပွားများအားထုတ်၍ မျက်မှောက်၌ ချမ်းချမ်း သာသာ နေအပ်၏။ သတိသမ္ပဇဉ်ယှဉ်၍လည်း ဖြစ်သဖြင့် ဘုရားရှင်၏ စကားတော် ဩဝါဒကိုနားထောင်၍ နေအပ်၏။

ဤကား အာနာပါနသမာဓိကို ပွားများသည့်ရှိသော် များက်မှောက်၌ ချမ်းသာသည်ကို ပြခြင်းပေတည်း။

အာနာပါနသမာဓိကို ပွားများသည်ရှိသော် သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး ပြည့်စုံသည်ကိုပြခြင်း

သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ညီတော် အာနန္ဒာအား ဘာခုသော အာနာပါနသမာဓိတရားကို ပွားများအားထုတ် သည် ရှိသော်၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများအားထုတ်ခြင်းကို ပြုသည် ရှိသော် လေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန်တရားကို ပြည့်စုံစေသည် မည်၏။ ဤသို့ သတိပဋ္ဌာန်တရားလေးပါး ပြည့်စုံကြောင်းကို ဟောကြားပြသ ဆုံးမတော်မူသည်။ ထို့ကြောင့်—

> အာနာပါနဿတိ သမာဓိ ခေါ အာနန္ဒဧကဓမ္မော ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ပရိပူရေတိ။ (သံယုတ်ပါဠိတော်)

အာနန္ဒ၊ အာနန္ဒာ၊ ခေါ၊ စင်စစ်။ ဧကဓမ္မော၊ တခုသောတရားမည်သော။ အာနာပါနဿတိ သမာဓိ၊ အာနာပါနဿတိ သမာဓိကို။ ဘာဝိတော၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ ဗဟုလီကတော၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများခြင်းကို ပြုသည် ရှိသော်။ စတ္တာရောသတိပဋ္ဌာနေ၊ လေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန် တရားတို့ကို။ ပရိပူရေတိ၊ ပြည့်စုံစေသည် မည်၏၊

သတိလျှင် ရှေ့သွားရှိသော အာနာပါနသမာဓိတရားကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများခြင်းကိုပြု၍ အားထုတ်နေပါလျှင် သတိပဋ္ဌာန်တရားလေးပါးတို့ ပြည့်စုံရသည့် အကြောင်းကို သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ဟောကြားပြသ ဆုံးမအပ်သည်ကို သိအပ်၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သတိပဋ္ဌာန် တရားလေးပါးကို အားထုတ်နေသည် မည်လိုသဖြင့် အာနာပါနတရားကိုအားထုတ်နေနိုင်ရာ၏။

ဤကား အာနာပါနသမာဓိတရားကို ပွားများနေသည် ရှိသော် လေးပါးသော သတိပဋ္ဌာန်တရားပြည့်စုံသည်ကိုပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

ယထာဘူတဉာဏ်ရဘို့ သမာဓိကို အားထုတ်ရန် ဘုရားရှင် စေခိုင်းသည်ကို ပြခြင်း

သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သတ္တဝါ ဝေနေယျတို့အား သနားတော်မူလှသော မဟာကရုဏာတော်ဖြင့် ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတဉာဏ်ရရန် သမာဓိတရားကို ပွားများအားထုတ်ကြကုန်လော့ဟု စေခိုင်းတိုက်တွန်းတော်မူသည်။

သတ္တဝါ ဝေနေယျတို့သည် ထူထဲများပြားလှသော မောဟနှင့် မငြိမ်သက်သောစိတ်၊ များပြားလှသော ကြံစည်မှုဝိတက်တို့ကြောင့် ငြိမ်သက်တည်ကြည်အပ်သော သမာဓိကို မရသဖြင့် ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတဉာဏ် မဖြစ်သောကြောင့်

အမှားကို အမှန်ထင်၊ အမှန်ကို အမှားထင်၍ အမြင်မှား အယူမှားလျက် ယထာဘူတဉာဏ် မသက်ဝင်၍ နေကြသည်တို့ကား များလှလေ၏။

ထို့ကြောင့် အမှားကိုမမြင် အမှန်ကို မြင်နိုင်သော ယထာဘူတဉာဏ်ရရန်ကို တခုသော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အာရုံယူလျက် သမာဓိရအောင် ပွားများအားထုတ်ကြရာ၏။ သမာဓိတရားကိုပွားများအားထုတ်၍ ကောင်းစွာတည်လာသည်ရှိသော် ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတ သဘာဝတရားကို ကောင်းစွာသိနိုင်၏။ ကောင်းစွာသိအပ်သည်ကို သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သံယုတ္တနိကာယ်၌—

သမာဓိံ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ၊ သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ။

ဘိက္ခဝေ၊ ငါ၏ ချစ်သမီး-ချစ်သား ရဟန်းများတို့။ တုမှေဟိ၊ ငါ၏ ချစ်သမီး-ချစ်သား သင်ရဟန်းများတို့သည်။ သမာဓိံ၊ သမာဓိတရားကို။ ဘာဝေထ၊ ပွားများအားထုတ်ကြကုန်လော့။ သမာဟိတော၊ သမာဓိတရားကို ပွားများအားထုတ်၍ တည်ကြည်လာသည်ရှိသော်။ ယထာဘူတံ၊ ဟုတ်မှန်သည်ကို။ ပဇာနာတိ၊ သိနိုင်၏။

ဤသို့ ထူထဲသော မောဟနှင့် မှငြိမ်သက်၍ ထွေထွေဤဤ ကြံစည်တတ်သော ဝိတက်များသော သူတို့အား စရိုက်အားလျော်စွာ ပေးအပ်သော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း သမာဓိတရားကို ပွားများ အားထုတ်ကြကုန်လော့၊ သမာဓိ

တရားကို ပွားများအားထုတ်ပါမှ တည်ကြည်လျက် ယထာဘူတ သဘာဝဉာဏ်ရ၍ ယထာဘူတ သဘာဝအမှန်ကို သိနိုင်ကြမည်။ ယထာဘူတ သဘာဝ သိလိုမြင်လိုကြကုန်သော ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် ဘုရားရှင် တိုက်တွန်းစေခိုင်းအပ်သော သမာဓိတရားကို အားထုတ်ကြရာ၏။

ဤကား ယထာဘူတဉာဏ်ရဖို့ သမာဓိတရားကို အားထုတ်ကြရန် ဘုရားရှင် စေခိုင်းတော်မူသည်ကိုပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏အဆုံးအမ အနုသာသနီစကားတော်ကိုပြခြင်း

သတ္တဝါ ဝေနေယျတို့အား ဆုံးမတော်မူအပ်သော မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမ အနုသာသနီစကားတော်ကိုပြဦးမည်။ သုံးလူထိပ်တင် မြတ်စွာဘုရားရှင်သည်၊ ဝါ၊ သုံးလူထွဋ်ထား မြတ်ဘုရားသည်း၊ ဝါ–သုံးလူမှန်ကင်း တရားမင်းသည် သတ္တဝါတသင်း ဝေနေယျခပင်းတို့အား သနားခြင်းရှိတော်မူလှသော မဟာကရုဏာတော်ဖြင့် သံသရာဝဋ်တွင်းမှ လွတ်ကင်းရန် ထောက်ချင့်ဝေဖန်၍ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ဟောကြားတော်မူအပ်သော စကားတော် မြတ်တို့သည်ပြပြီး–ပြဆဲ–ပြလတံ့တို့ပေတည်း။

ထိုသို့ပြအပ်သော စကားတော်သည် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမ အနုသာသနီစကားတော်ဖြစ်သည်။

ထိုမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမ အနုသာသနီစကားတော်ကို အားထုတ်ကြကုန်လော့၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆ မနေကြကုန်လင့်၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆနေကြပါလျှင် လွန်လေပြီးရာ နောင်အခါ၌ မပြုလိုက်ရ မှားလေစွဟု နောင်တ—ရကာနှလုံးမသာဖြစ်တတ်ကုန်သည်။ နှလုံးမသာမဖြစ်ကြပါကုန်လင့်။

ဤသို့သော စကားတော်သည် သင်ချစ်သမီး—ချစ်သားရဟန်းများတို့အား ငါဘုရားတို့၏ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ဆုံးမတော်မူအပ်သော အနုသာသနီစကားတော် ပေတည်း—ဟုမှာကြား၍ ထားတော်မူခဲ့သော သုံးလူမှန်ကင်း တရားမင်း၏ အဆုံးအမ အနုသာသနီစကားတော်ဖြစ်သည်၊ ထို့ကြောင့်—

ဈာယထ ဘိက္ခဝေ မာ ပမာဒတ္ထ၊ မာ ပစ္ဆာ ဝိပ္ပဋိသာရိနော အဟုဝတ္ထ။ အယံ ဝေါ အမှာကံ အနုသာသနီ။ (သံယုတ်ပါဠိတော်)

သိက္ခဝေ၊ ငါ၏ချစ်သမီး—ချစ်သားရဟန်းများတို့။ ဝေါ၊ အပ္ပမာရေး တွေးဆမြော်မှန်း အိုရဟန်းတို့။ တုမှေဟိ၊ အပ္ပမာရေး တွေးဆမြော်မှန်း သင်ရဟန်းတို့သည်။ ဈာယထ၊ မမေ့အပ်သော သိက္ခာသုံးထပ် တရားမြတ်ကို လေးစားသမှု ကောင်းစွာရှု၍ မပြုမနေ အားထုတ်ကြပေကုန်လော့။ ဝေါ၊ မကောင်းမှုပယ် ကောင်းမှုသယ်၍ ရည်ရွယ်မယုတ် အားထုတ်ကြပေကုန်လော့။ ဝေါ၊ "အာဒိမေဝ ဝိသောဓေဟိ၊ သမာဓိံ ဘိက္ခုဝေ ဘာဝေထ၊ ဝိပဿနံ ဘာဝေတဗ္ဗံ" ဤသုံးတန်ကို ဖန်ဖန်ထပ်ထပ် နှလုံးကပ်၍ မပြတ်မသွေ အားထုတ်ကြပေကုန်လော့။ မာ ပမာဒတ္ထ၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆ မနေကြကုန်လင့်။ ဝေါ၊ ငါးဝံအာချုံ

ကာမဂုဏ်၌ နှစ်ခြိုက်ပျော်မွေ့ မေ့၍မေ့၍ မနေကြကုန်လင့်။ ပစ္ဆာ၊ လွန်လေပြီးရာ နောင်အခါ၌။ဝိပ္ပဋိသာရိနော၊ မပြုလိုက်ရ မှားလေစွဟုနောင်တရကာ နှလုံးမသာကုန်သည်။ မာအဟုဝတ္ထ၊ မဖြစ်ကြပါကုန်လင့်။ အယံ၊ ဤသို့အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ပြအပ်ပြီး သော စကားရပ်သည်။ ဝေါ၊ သင်ချစ်သမီး-ချစ်သားရဟန်း များတို့အား။ အမှာကံ၊ ဂင်္ဂါဝါဠု သဲစုမက ပွင့်ကြကုန်ငြား ငါဘုရား၏။အနုသာသနီ၊ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ဆုံးမတော်မူအပ် သော အနုသာသနီစကား တော်ပေတည်း။

ဣတိ၊ ဣသို့။ ဘဂဝတော၊ ဘုန်းတော်ကျော်ကြားမြတ် စွာဘုရားသည်။ ဝါ၊ သုံးလူထိပ်တင် ဘုရားရှင်သည်။ ဝါ၊သုံး လူထွဋ်သား မြတ်စွာဘုရားသည်။ ဝါ၊ သုံးလူမှန်ကင်း တဲရားမင်း သည်။ ဝါ၊ သုံးလူမှန်ကူသယမ္ဘူဖြစ်တော်မူသော သဗ္ဗညုမြတ် စွာဘုရားသည်။ ဝုတ္တံ၊ ဟောကြားပြသဆုံးမတော်မူအပ်သော။ တံ ဝစနံ၊ထိုအနုသာသနီ စကားတော်ကို။ ဝါ၊ အဖန်ဖန်အထပ် ထပ် ဟောကြားတော်မူအပ်သောအနုသာသနီ စကားတော်ကို။ သပ္ပုရိသာ၊ အသခ်ဘမည် နိဗ္ဗာန်ပြည်သို့ ရည်ရွယ် မစောင်း ရောက်လိုကြောင်း ရှိကြကုန်သော သပ္ပုရိသအပေါင်း သူတော် ကောင်းတို့သည်။ ပဋိဂ္ဂဏှန္တု၊ အလေးတမူ ခံယူ ကြကုန်လော့ ပဋိဂ္ဂဏှိတွာ၊ ခံယူကြကုန်ပြီး၍။ ဥဇုံ၊ ဖြောင့်စွာ။ အပ္ပမာဒေ န စိတ္တေန၊ မမေ့မလျော့သော စိတ်ဖြင့်။ အာရဘန္တု၊ နိဗ္ဗာန် တခု အာရုံပြု၍ အားထုတ်မှုရှိကြကုန်လော့။

ဤကား မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အဆုံးအမအနုသာသနီစကား တော်ပြခြင်းပေတည်း။

ပါရိဟာရိယ အာနာပါနသမထ ပဋ္ဌမနည်း အားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်း

သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည် သံသရာဝဋ္ဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်ကင်းထွက်မြောက်၍ မင်္ဂ ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် သုံးဘန်သော ချမ်းသာကို ရောက်ရန် ရရန် ရည်မှန်းလျက် အားထုတ်အပ်သော သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ တက်၍ သတ္တဝါတို့၏ စရိုက်အားလျော်စွာ ပေးအပ်သော ပါရိဟာရိယ အာနာပါန သမထကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်ရန်ပြအံ့။

ထိုစဉ်က ကြိုတင်၍ ပြအပ်ခဲ့ပြီးသော စကားရပ်တို့၌သုံးပါးသော ကလျာဏတို့တွင် ယခုအခါမဇ္ဈေကလျာဏ၊ သုံးပါးသော သိက္ခာတို့တွင် သမာဓိသိက္ခာ၊ သုံးပါးသော ခန္ဓတို့တွင် သမာဓိက္ခန္ဓ၊ သုံးပါးသော အဓိတို့တွင် အဓိစိတ္တ၊ သုံးပါးသော သုဒ္ဓိတို့တွင် ယခုအခါ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ၊ ယခုအခါ ဤစိတ္တဝိသုဒ္ဓိကို ပြအံ့သောအခါ ရောက်ပြီ။

စိတ္တဝိသုဒ္ဓိဟူသည်ကား—သမာဓိတရားကို အားထုတ်ရာ၌ ကိလေသာအရှုပ်အထွေး နီဝရဏဘည်းဟူသော အညစ် အကြေးတို့ ဖြစ်စေတတ်သော စိတ်စင်ကြယ်သည်ကို ဆိုလိုသည်။ ဤစိတ္တဝိသုဒ္ဓိကို ဖြစ်စေနိုင်သော သမာဓိ တရားသည်ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်သော နီဝရဏအညစ်အကြေး ဟူသော ကိလေသာအရှုပ်အထွေးတို့ကိုခွါရှောင်၍ ပယ်ရှား နိုင်မှသာလျှင် အသခ်တဓာတ် မြတ်သောနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ခြင်း၏ အကြောင်း

ကောင်းမြတ်သောအကျင့် ဖြစ်မည်၊ ကောင်းမြတ်သောအကျင့်ကိုလည်း ''ကတမော စ အသုဒ္ဓတ ဂါမိမဂ္ဂေါ'' စသည်ကို နှောရ၍ သိအပ်၏။

သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွန်မြောက်၍ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို ရလိုရောက်လို၍ မျက်မှောက်ပြုလိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်—

သီလေ ပတိဋ္ဌာယ နရော သပညော၊
စိတ္တံ ပညဉ္စ ဘာဝယံ။
အာတာပီ နိပကော ဘိက္ခု၊
သော ဣမံ ဝိဇဋယေ ဇဋံ။

ဟုအရဟန္တသုတ် ထုတ်၍ပြအပ်သည်နှင့်အညီ ပညာရှိသည့် ဟိန္ဒုဂူဝေနေယျတို့သည် သီလ၌ ကောင်းစွာတည်၍အာဒိမေဝ ဝိသောဓေယျ—ကောင်းစွာသိ၍ စင်ကြယ်ပြီး၊ သမာဓိ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ၊ အဝိက္ခေပနဒ္ဒေန၊ သမာဓိ မပျံ့လွင့်သော သဘောရှိသော သမာဓိ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်စေခြင်းငှာ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်အောင် ကိလေသာ နီဝရဏ ဟူသော အကန့်အကွက် အပိုတ်အဆို့ အရှုပ်အထွေး အညစ်အကြေးတို့ကို ငြိမ်းစေတတ်သော သမထ သမာဓိတရားကို ပွားများ အားထုတ်ဦးအံ့ဟု အာဘောဂနှလုံးသွင်း မချွတ်မှယွင်း ထားနိုင်စေရမည်။

နီဝရဏ ဓမ္မေ သမေတီတိ သမထော—မချွတ်မယွင်းထားနိုင်သော သဘောရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကျမ်းဂန်၌ပြအပ်သည်နှင့်အညီ၌သမထဝိပဿနာတို့၏ ရှေးဦးစွာ အားထုတ်အပ်သော သဋ္ဌတ္တက ဓာမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်ပြီးနောက် စရိုက်

အားလျော်စွာ။အာစရိယပရံပရဆရာအဆက်ဆက်တို့ပြအပ်သော ပါဠိဟာရိယ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကြိုးပမ်းမယုတ် အား ထုတ်အံ့သောငှာ အခါရောက်သဖြင့် အာစရိယ ပရံပရ ဆရာ အဆက်ဆက်တို့မှရအပ်သော ဟတ္ထမုဋ္ဌိလဒ္ဓေါနုဒေသ နယအဖွံ့ဖုံ့ တို့နှင့် အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းတို့ကို ပြအံ့။

တရားကိုအားထုတ်သော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် သံသရာ ဝဋ်တွင်းမှ မလွတ်ကင်းသော အကျိုးကို ပေးတတ်၍ ဖြစ်ထိုက် သော ကိလေသာကို ပယ်နေခြင်းဖြစ်သည်။

(တရားတော်ကို အားထုတ်သော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် လောကုတ္တရာလမ်းဖြစ်၍ လောကဟိတ်ကို မလိုလားအပ်၊ လော ကဟိတ်သည် ပျက်စီးတတ်သောကြောင့် လောကုတ္တရာ လမ်းနှင့် ဆန့်ကျင်သဖြင့် ဘယ်အတွက် ဘယ်အချက်မှ မကောင်း၊ ထို့ ကြောင့် လောကဟိတ်ကို အလိုမရှိအပ် မမြော်လင့်အပ်၊ မဆွတ်ဆွ တအပ်၊ လောကုတ္တရာနိဗ္ဗာန်ကိုသာ ရည်မှန်း၍၊ တမ်းတမ်းတတ ပတ္ထနာအာသီသထား၍ အားထုတ်ကြရမည်။)

လောကုတ္တရာဖြစ်သော မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို ပတ္ထနာအာသီသထား၍ တရားတော်ကို အားထုတ် ကြသောယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်တရားတော်ကိုအားထုတ်ကြသော အခါတို့၌ ကြာရှည်စွာထိုင်နိုင်အောင် ချမ်းသာစွာအထက်ပိုင်း ဖြစ်သော ကိုယ်ကာယကို ဖြောင့်စွာထား၍ မယိမ်းမယိုင် ငြိမ် သက်စွာ ထိုင်ပါ၊အားထုတ်စဉ် တုန်လှုပ် ယိမ်းယိုင်လျှင် အပျက် ထည်းပါသွားသည်။

မနိုင်သော ဝန်ကို မထမ်းဆောင်အပ်၊ မနိုင်သော ဝန်ကို မထမ်းဆောင်နှင့် ဆိုသလို "ကာမံတစောစ နှာရုစ၊ အင်္ဂစ အဝသိဿတု၊ သရီရေဉပသုဿတုမံ သလောဟိတံ" အရေ၊ အကြော၊ အရိုး အသွေးအသား ကုန်ခမ်း၍ ခမ်းစေမူ ရည်မှန်းချက် မရက မထ- ဟူသော အာဘောဂ နိဒ္ဒါန သံယုတ်ထုတ်ပြအပ်သည်ကို သတိမူကာ စွမ်းနိုင်ပါမူ အဟောဝတဝါယမမယုတ် အားထုတ်အပ်၏။ မစွမ်းနိုင်ပါမူ ဟိတ်တို့ကို မယူဘဲ ချမ်းသာစွာ မတုန်မလှုပ် မယိမ်းမယိုင် ကောင်းစွာထိုင်လျက် ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို သတိမလွတ်အောင် အာရုံယူ၍ အားထုတ်အပ်၏။

အားထုတ်ရန် အားထုတ်ပုံအကြောင်းတို့ကား—

သတ္တဝါဝေနေယျတို့၏ စရိုက်အားလျော်စွာ ပြအပ်သော ပါရိဟာရိယ အာနာပါနသမထ အားထုတ်ရန် အားထုတ်ပုံ အကြောင်း အားထုတ်နည်းသည် လေးနည်း လေးဆင့် လေးဌာနရှိသည်။ ဤလေးနည်း လေးဆင့်တို့ဘွင် ယခုအခါ ပဌမနည်းကို စ၍ပြပေအံ့။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရညဂတောဝါ ရုက္ခမူလဂတောဝါ သုညာဂါရဂတောဝါ နိသီဒတိ ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတွာ ဥဇုံကာယံ ပဏိဓာယ ပရိမုခံ သတိံ ဥပဋ္ဌပေတွာ၊ သော သတောဝ အဿသတိ သတော ပဿသတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဘိက္ခဝေ၊ ငါ၏ချစ်သား ရဟန်းများတို့။ ဣဓ၊ ဤသာသနာတော်၌။ ဘိက္ခု၊ သာသနာတော်ထမ်း ရှင်ရဟန်းသည်။ ဝါ၊ ဘယ်သူမမှန်း ကြိုးပမ်းမယုတ် အားထုတ်လိုသောသူသည်။ အရညဂတောဝါ၊ လူသူမနှောသည့်တောသို့ ကပ်၍လည်းကောင်း။ ဝါ၊ လူသူဝေးကွာ ကုလလေးတာ ပြန့်ငါးရာ ရှိသော တောသို့ကပ်၍ လည်းကောင်း။ ရုက္ခမူလဂတောဝါ၊ သစ်ပင်ရင်းသို့ကပ်၍ လည်းကောင်း။ သုညာဂါရဂတောဝါ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ကပ်၍လည်းကောင်း။ပလ္လင်္ကံ၊ ထက်ဝက်ကို။ အာဘုဇိတွာ၊ ခွေ၍။ ကာယံ၊ အထက်ပိုင်းဖြစ်သော ကိုယ်ကာယကို။ ဥဇုံ၊ ဖြောင့်မတ်စွာ။ ပဏိဓာယ၊ ထား၍။ သတိံ၊ သတိကို။ ငါ၊ ထွက်သက် ဝင်သက် ရောက်၍ မှတ်သားသော သတိကို။ ဝါ၊ ထွက်သက်အခိုက် ဝင်သက်အခိုက် တွေ့ထိသော ဖောဋ္ဌဗ္ဗ၌ သတိမလွတ်အောင် မှတ်မိသည် ဖြစ်၍သာလျှင်။ အဿသတိ၊ ထွက်သက်ကို ရှူ၏။ သတောဝ၊ သတိနှင့်ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍သာလျှင်။ ဝါ၊ ဝင်တိုင်း ဝင်တိုင်း တွေ့ထိသော ဖောဋ္ဌဗ္ဗ၌ သတိမလွတ်အောင် မှတ်မိသည် ဖြစ်၍သာလျှင်။ ပဿသတိ၊ ဝင်သက်ကို ရှိုက်၏။

(သဘောကျအောင် နှလုံးသွင်းပါ၊ သဘောကျမှ အလုပ်ကောင်းသည်။)

ထိုပြခဲ့သော ဒေသနာတော်နယ၌ သတ္တဝါဝေနေယျတို့၏ စရိုက်နှင့်လျော်စွာ အားထုတ်အပ်သော အာနာပါန ပဋိပတ်ကို မပြတ်မလပ် အားထုတ်လိုသော ရှင်ရဟန်းနှင့် လူ ဘယ်သူမကောက် တယောက်ယောက်သောသူသည် လူသူမနှော

သည့် တောအရပ် စသည်တို့ချဉ်းကပ်၍ ထက်ဝက်ဖွဲ့ခွေ မတုန်မလှုပ် မယိမ်းမယိုင် ဖြောင့်မတ်စွာ ငြိမ်သက်အောင် ထောင်းစွာနေထိုင်ပြီး—

ငါ၏ အောက်မေ့အပ်သော သတိကို နှာသီးဖျား နှာဝ၌ ထွက်တိုင်း ထွက်တိုင်းသောလေ- တွေ့ထိသော ဖောဋ္ဌဗ္ဗ၊ ဝင်တိုင်း ဝင်တိုင်းသောလေ- တွေ့ထိသော ဖောဋ္ဌဗ္ဗ၊ ထို ဖောဋ္ဌဗ္ဗတို့ကို မှတ်မိအောင် မှတ်မည်ဟု အာရုံတခု သတိပြုထား၍ သတိပြုထားအပ်သော အာရုံ၌ အထူးသတိမူလျက်ရှိရမည်။

ဤ အာနာပါနသမထ ပဋ္ဌမနည်းကို အားထုတ်ရာ၌ အာစရိယ ပရံပရ ဆရာအဆက်ဆက်တို့မှ ရအပ်သော ဟတ္ထဲမှဋ္ဌိလဒ္ဓေါပဒေသနှင့် ဖုသန ဂဏန ဌပန စသောနည်း၊ ဝါရတို့တွင် ရှစ်ခုတကြိမ်ယူ၍ အားထုတ်အပ်သော အင်္ဂဏဝါရယှက်၍ ယှက်၍ ကျမ်းဂန်နှင့်အညီပြသည်၊ ကျမ်းဂန်နှင့်အညီပြအပ်သည်ကား သတိပြု၍ ထားအပ်သော နှာသီးဖျား နှာဝဖောဋ္ဌဗ္ဗအာရုံ၌ စိတ်က အာရုံစိုက်၍ အာနာပါန ဂဏန နည်းရှစ်ခုတကြိမ်ယူသော အင်္ဂဏဝါရဖြင့်—

ထွက်သည် ဝင်သည်....တစ်

ထွက်သည် ဝင်သည်....နှစ်။ ပ။

ထွက်သည် ဝင်သည်....ရှစ်။

ဟု ရှစ်ခုပြည့်အောင် စိတ်ထဲက ဂဏန်း နည်းဖြင့် အားထုတ်သည်။ ရှစ်ခုပြည့်သောအခါ တကြိမ်ရပြီဟု မှတ်သားထားခဲ့ပြီး ပြန်၍ ရှစ်ခုပြန်အောင် အားထုတ်ရပါသည်။ ဤသို့ရှစ်ခုပေါင်းများစွာ ရအောင် အားထုတ်နေအပ်ပါ၏။ ဣရိယာပထ သမ္ပဇည တို့ကိုလည်း နူးညံ့ သိမ်မွေ့စွာ သတိမူလျက်ရှိရပါသည်။

(အာရုံမများစေဘဲ ယူထားအပ်သော အာရုံကို ပဓာန ထား၍ အားထုတ်နေအပ်သည်ကို သတိပြုလေ။)

တရားကိုအမှီပြုမည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထက်သန် သော စေတနာ ဆန္ဒဖြင့် စိတ်၌ ကောင်းစွာထား၍ ဆရာကို ကိုယ်တိုင်မတွေ့ရသော်လည်း တွေ့ရသကဲ့သို့ စာတွေ့နှင့် ငါတွေ့ ဖြစ်အောင် စိတ်သည် ကောင်းစွာဆောင်၍—

စိတ္တေနနိယတိ လောကော။ ။လောကော၊ လူ အပေါင်းကို။ စိတ္တေနစိတ်သည်။ နိယတိ၊ လိုရာသို့ဆောင်အပ်၏။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည် နိဗ္ဗာန်သို့ဆောင်သလား ဆောင်ရာ ပါသည်၊ လူပြည်သို့ဆောင်သလား ဆောင်ရာပါသည်၊ နတ်ပြည် သို့ ဆောင်သလား ဆောင်ရာပါသည်၊ ပျင်းသလား ပျင်းရာ သို့ဆောင်၊ ပျော်သလား ပျော်ရာသို့ဆောင်သည်၊ ပဒဟာတိ၊ ရှင်စေရာ၏၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ မနသိကာရဆန္ဒ၊ ဆန္ဒကောင်း လျှင် ကောင်းသလောက် သမာဓိကောင်းသည်၊ ကောင်းသော ဆန္ဒကိုမှီ၍ မဟာဝင်၌ ဘုရားရှင်၏ နှုတ်တော်ကထွက်၍ ဟော မြွက်တော်မူအပ်သော စကားတော်သည်ကား—

ဆန္ဒာဓိက္ခဝေ ဘိက္ခု နိဿာယ လဘတိ သမာဓိံ။

ဘိက္ခဝေ၊ မပျင်းလုံ့လ မြတ်သော ဆန္ဒဖြင့် သမာဓိစခန်း မြောက်မှန်းကြသည့် အိုရဟန်းတို့။ ဘိက္ခု၊ သမာဓိစခန်း မြောက်မှန်းသည့် မြတ်ရဟန်းသည်။ ဆန္ဒ၊ မပျင်းလုံ့လ မြတ်သော ဆန္ဒကို။ နိဿာယ၊ မှီ၍။ သမာဓိံ၊ တည်ကြည်စွာ သမာဓိကို။ **လဘတိ**၊ ရနိုင်၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဘို ဆန္ဒကောင်းလျှင် ကောင်းသလောက် သမာဓိကောင်းကောင်း ပေါက်ရောက်နိုင်သည်၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဆန္ဒကောင်းစွာဖြစ်လိုက်လျှင် ဆန္ဒကို အမှီပြု၍ သမာဓိကောင်းကောင်း ရကြောင်းကို သိအပ်၏။ ထို့ကြောင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ကို ဟုရားအားထုတ်သောအခါ မနသိကာရဆန္ဒအာသီသကောင်းကောင်း ထားရန် သတိပြုအပ်၏၊ သတိပြုကြပါလေ။

ဤသို့ ပါရိဟာရိယ အာနာပါနသမထ ပဌမနည်း အားထုတ်ရန် အကြောင်း "ဣဓဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု" စသော သော သတော ဝ အဿသတိ၊ သတောဝပဿသတိ" ပြသည်တို့ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ လေ့လာ၍ သိအပ်၏၊ မလေ့လာက မသိနိုင်ပါ၊ လေ့လာသော်လည်း လေ့လာစမှာ အသွားသင်စ ကလေးပမာ လိုသလိုမရတတ်သေးပါ၊ ကျွမ်းကျင်လာသောအခါ သွားတတ် လာတတ် ရပ်တတ်ရှိသော ကလေးပမာ ဝမ်းသာစွာ အားထုတ်လာတတ်ပါ၏၊ ထို့ကြောင့် မပျင်းသော လုံ့လကောင်းသောဆန္ဒ မနသိကာရဖြင့် အားထုတ်ရပါသည်။ ဤပါရိဟာရိယ အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းသည် ရှေးဦးစွာ ဂဏန

နည်း အင်္ဂါဖြင့် အားယူခြင်းဖြစ်ပါသည်၊ မလျော့သော လုံ့လဖြင့် အားထုတ်အပ်၏။

ဤကား ပါရိဟာရိယ အာနာပါန သမထ ပဉ္စမနည်း အားထုတ်ရန်အကြောင်းပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

အာနာပါနသမထ ပဉ္စမနည်း အားထုတ်ပုံ အကျဉ်းပြခြင်း

သမာဓိတည်ထောင်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ မတုန်မလှုပ် မယိမ်းမယိုင် အထက်ပိုင်းဖြစ်သော ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထား၍ ကောင်းစွာထိုင်လျက် နှာသီးဖျား နှာဝ၌ စိတ်က သတိထားပြီး– ထွက်လေသည် ရိပ်ကနဲ ထွက်သည့်အခိုက် "ထွက်ထွက်ထိထိ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗကိုသိ" (အထိ အသိ သတိမလွတ်စေနဲ့)၊ ဝင်လေသည် ရိပ်ကနဲ ဝင်သည့်အခိုက် "ဝင်ဝင်ထိထိ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗကိုသိ" (အထိ အသိ သတိမလွတ်စေနဲ့)၊ ဤ အထွက် အဝင် အတွေ့အထိ ဖောဋ္ဌဗ္ဗတို့ကို သတိပြု၍ နှာသီးဖျား နှာဝ အာရုံကို စိတ်ကထားလျက် ထွက်သည် ဝင်သည် နှစ်ခုကို တခု ယူ၍ ရေတွက်သော ဂဏနနည်း ရှစ်ခု တကြိမ်ယူသော အင်္ဂါဖြင့် အာနာပါနသမထ ပဉ္စမနည်း အားထုတ်ပုံကား နှာသီးဖျား နှာဝကို စိတ်က အာရုံစိုက်၍–

ထွက်သည်....ဝင်သည်....တစ်
ထွက်သည်....ဝင်သည်....နှစ်
ထွက်သည်....ဝင်သည်....သုံး
ထွက်သည်....ဝင်သည်....လေး
ထွက်သည်....ဝင်သည်....ငါး
ထွက်သည်....ဝင်သည်....ခြောက်
ထွက်သည်....ဝင်သည်....ခုနစ်
ထွက်သည်....ဝင်သည်....ရှစ်

ဟု ရှစ်ခု ရေတွက်ကြည့်၍ ပြည့်သောအခါ ရှစ်ခုတကြိမ်ရသောကြောင့် တကြိမ်ဟု စိတ်ထဲက မှတ်သားထားပြီး မြန်မြန်ပြန်၍ ဆက်ကာ ဆက်ကာ အားထုတ်ပါ၊ ရှစ်ခု ပြည့်ပြန်သောအခါ နှစ်ကြိမ်ဟု မှတ်သားခဲ့ပြန်ပြီး ပြန်၍အားထုတ်ပြန်ရာ ရှစ်ခုပြည့်ပြန်သောအခါ သုံးဟု စသည်ဖြင့် မှတ်သား၍ မလျော်သော အချိန်ကိုထားလျက် လျော်သော အချိန်အခါကို ဆက်ကာ ဆက်ကာ မှန်ကန်သော ဝါရ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ရအောင် လေးပါးသော ဣရိယာပထတို့ဖြင့် အားထုတ်နေရပါသည်။ လေးပါးသော ဣရိယာပထတို့တွင် ဩဠာရိကဣရိယာပထ၌ မှားမှားမှန်မှန် အားထုတ်အပ်၏။ သုခုမဣရိယာပထတို့၌ မှန်ကန်အောင် အားထုတ်ရပါသည်။

ဣရိယာပထနှင့် သမ္ပဇဉ်တို့ကိုလည်း အထူးသတိထားကာ နှုးညှံ့သိမ်မွေ့စေရာ၏၊ ဘဿာရာမ စသည်တို့ကိုလည်း ရှောင်ကြဉ် စောင့်ရှောက်ကြရာ၏။

ဤသို့စောင့်ရှောက်၍ အားထုတ်ကြရာ၌ အနိက္ခိတ္တဓုရ- မှုချအပ်သောဝန်ဖြင့် မချအပ်သကဲ့သို့ မချဘဲ အာရဒ္ဓဝီရိယဖြင့် ခေါင်းသို့ ခြေလက်ဝှက်သော လိပ်ကဲ့သို့ အပြင်အာရုံသို့ မထွက်ဘဲ စက္ခုန္ဒြိယလိတ္တာ–မျက်စိကို မှိတ်၍ မှိတ်၍၊ သုသဒ္ဒဝတမေ–ဟု ရှေးသူတော်ကောင်းတို့ ဝမ်းမြောက်သကဲ့သို့ ဝမ်းမြောက်စွာ အားထုတ်ကြရာ၏။

ဤကား အာနာပါန သမထ ပဌမနည်း အားထုတ်ပုံ အချုပ်တည်း။

အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများစေ၍ အာနိသံသကို ပြခြင်း

ပြပြီးခဲ့သော အာနာပါန သမထ အားထုတ်သောနည်း သည် အဋ္ဌကထာကျမ်းတို့၌ ပြအပ်သော–

၁။ ဂဏန နည်း၊
၂။ အနုဗန္ဓန နည်း၊
၃။ သလ္လက္ခဏာ နည်း
၄။ ပါရိသုဒ္ဓိ နည်း၊
၅။ ဖုသန နည်း၊
၆။ ဌပန နည်း၊
၇။ ဝိဝဋ္ဋန နည်း၊
၈။ ပဋိပဿနနည်း–

ရှစ်ပါးတို့တွင် အာနာပါနသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်နည်း၌ ပဌမ လေးနည်းတို့၏ အားကိုယှက်၍ ကျမ်းဂန်နှင့်အညီ ပြအပ်သော နည်းဖြစ်သည်၊ နောက်လေးပါး ဝိပဿနာနည်းကို ပြထားသည်။

ဤသို့ပြရာ၌လည်း ဒသကဝါရ မယှက်မူ၍ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သုခပဋိပဒါ အကျိုးငှာ လဒ္ဓေါပဒေသ ဟတ္ထမုဋ္ဌိဖြင့် အဋ္ဌကဝါရ—ရှစ်ခုတကြိမ်ယူ၍ ဂဏနနည်းဖြင့် ယှက်၍ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ ဂဏနနယ အဋ္ဌကဝါရယှက်၍ ပြအပ်သော အာနာပါနသမထ ပဌမနည်း အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းကို မှန်မြတ်စွာ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အတိုးမဖြတ်နိုင်သော ပတ္တမြားလုံးကြီးကို အပိုင်အပြတ် အအပ်ခံရသည်ထက် အဆပေါင်းများစွာ ဝမ်းသာအပ်သော အာနာပါန သမထ အားထုတ်နည်း ရပေသည်ဟု ဝမ်းသာစွာ အားထုတ်အပ်၏။ ငါသည် အားထုတ်အပ်သော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုး များမြတ်သော အကျိုးရှိကြောင်းကို သုံးလူမှန်ကင်း တရားမင်းသည်—

အာနာပါနဿတိ မဟပ္ဖလော
ဟောတိ မဟာနိသံသော။

အာနာပါနဿတိ၊ အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည်၊ မဟပ္ဖလော၊ ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုးများ မြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ မဟာနိသံသော၊ ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုးများ မြတ်သောကျိုးဆက် ဂုဏ်

အင်အာနိသင် ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်လတ္တံ့။(ဟောတိ–အနာဂတတ္ထ)

ဤသို့ဟောကြားတော်မူသည်ကို ''ငါသည် အလိုရှိအပ်သော မဟပ္ဖလ မဟာနိသံသ မဂ္ဂဖလ နိဗ္ဗာနသုခ အမတရွှေဘုံခိုလှုံရတော့အံ့''ဟု မြော်မှန်းဘမ်းတ၍ ဝမ်းပမ်းတသာအားပါးတရ အားထုတ်ကြရမည်။

ဤမှတပါး သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် သားတော်ရာဟုလာအား အာနာပါနဿတိ ဘာဝနာ တရားကို ပွားများအားထုတ်စေတော်မူသည်၊ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တထိုင်တည်းသော နေရာ၌ နေလျက်ပင် အာသဝေါ ကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်သည့်အကြောင်းကိုလည်း ဟောကြားတော်မူသည်၊ အနုသာသနီ၌ ပြအပ်ခဲ့သည်နှင့်အညီ ဝမ်းမြောက်အပ်သည့်အပြင် အထွေထွေသော လော်ကီအကျိုး လောကုတ္တရာအကျိုးတို့ကို ထော်က်ရှာ၍ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်ဝမ်းမြောက်စွာ အားထုတ်အပ်ကုန်၏။

ဤသို့ ဒသက ဝါရမဖက် အဋ္ဌကဝါရ ယှဉ်က်၍ ပြအပ်သော အာနာပါန သမထ ဂဏန ပဋ္ဌမနည်းကို နေ့မပျက် ရက်မပျက် ကောင်းစွာဆောင်၍(၁၅)ရက်တန်သည် ရက်(၂၀)တန်သည် တလတန်သည် တလခွဲတန်သည် ဆက်ကာဆက်ကာ အာရဗ္ဘဓာတ်ဖြင့် သန္တိဋ္ဌာနဝါရ အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ရအောင်လူနတ်တို့၏ ပျော်မွေ့ခြင်းထက် ပျော်မွေ့စွာကြိုးကြိုးစားစား

အားပါးတကုတ် အားထုတ်အပ်တော့သည်—ယောဂီ အပေါင်းသူတော်ကောင်းတို့....

ဤကား အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများစေ၍ အားပေးသော အလားအာနိသံသကို ပြခြင်းတည်း။

× ×

ဝါရအကြိမ်အထားခက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် အထား မခက်ရန်ပြခြင်း

အာနာပါန သမထ ဂဏန ပဌမနည်းဖြင့် အားထုတ်သောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အချို့ ယောဂီများ ရေတွက်ပြီးသော ဝါရအကြိမ်အထားခက်ကြသည်ကို အထား မခက်ရန်ပြဦးမည်၊ ရှစ်ခုတကြိမ်တဝါရဟုခေါ်သဖြင့်—

(၁) ရှစ်ခုတကြိမ်တဝါရ—ရသောအခါ လက်ဝါးထဲ၌ ငါးဝါရထားခဲ့ပါ။

(၂) နောက်တခါ လက်ဝဲဖက်ဒူးပေါ်၌ ငါးဝါရထားခဲ့ပါ။

(၃) နောက်တခါ လက်ဝဲဖက်ပခုံးပေါ်၌ ငါးဝါရထားခဲ့ပါ။

(၄) နောက်တခါ လက်ျာဖက်ပခုံးပေါ်၌ ငါးဝါရထားခဲ့ပါ။

(၅) နောက်တခါ လက်ျာဖက်ဒူးပေါ်၌ ငါးဝါရထားခဲ့ပါ။

ဤလို ဝါရ အကြိမ်ထား၍ လူတကိုယ် တပတ် လည်သွား လျှင်နှစ်ဆယ့်ငါး(၂၅)ဝါရ ရသည်ကိုလွယ်လွယ်နှင့်သိအပ်ပါ၏၊ အသိရမခက်တော့ပါ၊ ဤသို့လွယ်ကူရန် ပြအပ်သောအချက်သည် ဝါရအကြိမ်များ၍ အသိခက်အမှတ်ခက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် မခက်တော့ဘဲ သိနိုင်ပါ၏။

ဤသို့သော ထားနည်းကား အထားခက် အမှတ်ခက်မှ သာအသုံးချပါ၊ သတိပြဋ္ဌာန်းသော သတိပဋ္ဌာနအလုပ်ဖြစ်သဖြင့် သတိကို ဆောင်ကာ ဂဏနနည်း အဋ္ဌကဝါရဖြင့် အလေးပြု၍ သန္နိဋ္ဌာန ဝါရဖြစ်အောင် အားထုတ်ရပါ၏။

ဤကား အာနပါန သမာဓိ ဂဏန ပဋ္ဌမနည်းကို အား ထုတ်ရာ ဝါရအကြိမ်အထားခက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက်အထား မခက်ရန် ပြခြင်းစကားရပ်ပေတည်း။

× × ×

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သိရန် ဥပမာပြခြင်း

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အား ထုတ် ကြကုန်သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားထုတ်သောအခါ မျက်စိမှိတ်လျက် ထက်သန် သော စေတနာဆန္ဒဖြင့်ဝိရိယကို မြဲစွာထား၍ စိတ်ကိုချီးမြှောက် ပြီးကွဲကွာနေသော သားအမိ တွေ့ရသကဲ့သို့ ရွှင်ပြသောစိတ်ဖြင့် ဝမ်းပမ်းတသာ အားထုတ်အပ်၏၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အား ထုတ်စ မကျွမ်းကျင်သေးသည့်အခါ စိတ်ပျက် စိတ်ညစ် စိတ်

လေ စိတ်လွှင့်ဖြစ်ပေလိမ့်မည်၊ မပျက် မညစ်ပါနဲ့၊ နောင်သော အခါ ကျွမ်းကျင်လျက် အသစ်အသစ်ဖြစ်၍ ဆက်ကာ ဆက်ကာ ဝမ်းသာစရာဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။

အသွားအလာ သင်စ ကလေးပမာလို

အသွားအလာ သင်စ ကလေးသည် အသွားအလာ သင်စ၌ ထ,လိုက် လဲလိုက် ရပ်လိုက်၊ ရပ်လိုက် လဲလိုက် ထ,လိုက်ဖြစ်ရ ပါသေးသည်၊ ကြာသောအခါ ရပ်လိုက် လှမ်းလိုက် လဲလိုက်၊ ရပ်လိုက် လှမ်းလိုက် လဲလိုက်ဖြစ်နေစဉ် အနား၌ရှိသော ကလေး အမေသည် ကလေးစိတ်မပျက်အောင် "ပူတူးရေ–ဝါး" ဟု အသံ ပြုကာ လက်ခုပ်တီးပေးလိုက်လျှင် ကလေးသည် လဲသော စိတ်ပျက်မှုပျောက်လျက် ဝမ်းသာစွာ ထ,၍ သွားပြန်ပါ၏။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စိတ်ကို ရှင်ပြပေးကြရာ၏။

ကလေးသည် ထ,၍ သွားပြန်သောအခါ လှမ်းလိုက် လဲလိုက်နှင့် အတော်ကလေး ကျွမ်းကျင်၍ တခါတခါမှသာ လဲတော့ရာ လဲသောအခါ ကလေးအမေက "ပူတူးရေ–ဝါး၊ ပူတူးရေ–ဝါး" ဟုမြူသောအနေ ရှင်ပျသောမျက်နှာဖြင့်ခေါ်၍ လက်ခုပ်တီးလိုက်ပြန်ရာ၊ ကလေးသည် စိတ်ညစ် စိတ်ပျက် ပျောက်၍ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ စိတ်ထက်သန်လျက်ပင် ပြုံးပြုံး ရွှင်ရွှင် ထ,၍သွားပြန်လေ၏။

ကလေးသည် ပြုံးပြုံးရွှင်ရွှင်ပင် ထ၍ သွားပြန်ရာ၊ ကျွမ်းကျင်လာသောအခါ မလဲတော့ဘဲ လျင်မြန်စွာ ပြုံးလျက် ပြုံးလျက် ထက်သန်သောစိတ်ဖြင့်ပင် သွားလာတတ်လေသည်။

ဤဥပမာအတူ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်စအခါ၌ အပျက်အကွက်ရှိ၍ စိတ်ညစ်လျက်နေခဲ့သောအခါ ကျွမ်းကျင်၍ အပျက်အကွက်မရှိတော့ဘဲ၊ ငါ အပျက်အကွက်နည်း၍ ဝမ်းမြောက်စွာဖြင့်ပင် အားထုတ်ဘတ်ရပါသည်၊ စိတ်မပျက်တော့ပါ။

မီးပွတ်သမား ဥပမာ

မီးပွတ်သမားတို့သည် ပွတ်တိုက်မည့် တုတ်ချောင်း၌ သတ္တိရှိသည် မရှိသည်ကို မသိမြင်သော်လည်း မိမိတို့လိုအပ်သောအချက်ထွက်လာရန် ဟူသော ဆန္ဒဖြင့် တုတ်ချောင်းကို ပွတ်တိုက်ရာ၊ အချိန်ကျလာသောအခါ ပွတ်တိုက်သည့် တုတ်ချောင်းက မသိမမြင်နိုင်သော မီးသတ္တိသည် ပွတ်သမား၏ အားထုတ်မှု ဝီရိယကြောင့် နီနီရဲရဲကြီး ထွက်လာရပါသည်။

ဤဥပမာအတူ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း အားထုတ်အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာမည့် အကျိုးတရားတို့ကို မသိမမြင်ကြသော်လည်း ကောင်းသော မနသိကာရဖြင့် သတိနှင့် ဝီရိယမှန်မှန်ထား၍ အားထုတ်မှုရှိပါလျှင် မိမိလိုအပ်သော အကျိုးတရား အာနိသံသဟူသမျှတို့ မနေနိုင်ဘဲ မြိုင်မြိုင်ဆိုင်ဆိုင် ပေါ်ထွက်လာတတ်ပါ၏။

နွားတို့ကို ရေတွက်ခြင်း ဥပမာ

နွားတို့ကို မပျောက်မပျက်အောင် စောင့်ရှောက်နေသော နွားရှင်သည် ခြံတွင်း၌ တရွေ့ရွေ့တရွရွသွားလာနေကြသော နွားတို့ကို မည်ရွေ့ မည်မျှရှိသည်ဟု အမှန်သိအောင် ရေတွက်ခြင်းငှာ ခက်ပါသော်လည်း၊ အမှန်သိအောင် ရေတွက်ရန်ကား တံခါး၀၊ ခြံပေါက် ခြံ၀မှနေ၍ ထွက်တိုင်း ထွက်တိုင်းသော နွားတို့ကို တကောင်ထွက်ပြီ၊ နှစ်ကောင်ထွက်ပြီ စသည်ဖြင့် မလွတ်အောင် ရေတွက်ပါမူ လိုရာအမှန်ကိုက်သိရသကဲ့သို့ရင်း။

စားကျက်၌ရှိသော နွားတို့သည် ထို့အတူ တရွေ့ရွေ့ တရွရွ သွားလာနေကြသည်ကို မည်ရွေ့ မည်မျှရှိသည်ဟု အမှန်သိအောင် ရေတွက်ခြင်းငှာ ခက်ပါသော်လည်း အမှန်သိအောင် ရေတွက်ရန်ကား တံခါး၀၊ ခြံပေါက် ခြံ၀မှနေ၍ ၀င်တိုင်း ၀င်တိုင်းသော နွားတို့ကို တကောင်၀င်ပြီ၊ နှစ်ကောင်၀င်ပြီ စသည်ဖြင့် မလွတ်အောင်ရေတွက်ပါမူ ဘယ်နှစ်ကောင်ရှိသည်ဟု လိုရာအမှန်ကို သိရသကဲ့သို့ရင်း။

တမ္ပဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထွက်သက်—၀င်သက်ကို မှတ်၍၊ ထွက်သည်—၀င်သည် ရေတွက်လျက် အားထုတ်အပ်သော အာနာပါနသတိပဋ္ဌာန် ဟူသည်နှင့်အညီ ထွက်တိုင်း ထွက်တိုင်းသောလေ—၀င်တိုင်း ၀င်တိုင်းသော လေတို့ နှာ၀ နှာသီးဖျားကို တိုးထိသွားသော ဖောဋ္ဌဗ္ဗ အတွေ့အထိကို သတိမလွတ်အောင်မှတ်လျက် ရေတွက်အပ်သော (အာနာပါန ဂဏန) နည်းဖြင့် ရေတွက်၍ အာရုဗ္ဘခေတ်ဖြင့်

ကြိုးကြိုးစားစား ဝီရိယထားကာ အားထုတ်လိုက်ပါလျှင် အဘယ်မည်သော အမှုသည် မပြီးဘဲရှိပါအံ့နည်း၊ အလိုရှိသော အမှုကိစ္စဟူသမျှတို့သည် ပြီးမြောက်ရမည် ဖြစ်ကုန်၏။

ဝီရိယဝတော ကိံ နာမ ကမ္မံ န သိဇ္ဈတိ။

ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အလိုရှိအပ်သော အမှုကိစ္စ ပြီးမြောက်အောင် လိပ်ခေါင်း ခြေသက်ဝှက်သော ဥပမာကဲ့သို့ မိမိ၏စိတ် အပြင်သို့မထွက်ဘဲ အားခဲ၍ အားထုတ်အပ်၏။

ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပေါ်လွင်လိုသော ပကာသန စိတ်ထားမရှိစေဘဲ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာ အလို့ငှာ ရိုရိုသေသေ လေးလေးစားစား ဖြောင့်မတ်သော စိတ်ထားဖြင့် ကောင်းလှသော ဥပမာယူ၍ ကောင်းစွာ အား ထုတ်အပ်၏။

ဤကား ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သိရန် ဥပမာတို့ကို ပြခြင်း ပေတည်း။

ပဌမနည်း အားထုတ်နေစဉ် အမှား-အမှန် သံသယဝါရ သန္နိဋ္ဌာနဝါရကိုပြခြင်း

အာနာပါန သမထ ပဌမနည်းကို အားထုတ်စဉ် ထွက်သက်–ဝင်သက်၏ အတွေ့အထိ ဖောဋ္ဌဗ္ဗကို အထွက်—အဝင် အတိုင်း သတိမလွတ်အောင် ဂဏန်းနည်း အဋ္ဌကဝါရဖြင့် ရှစ်ခု တကြိမ် တဝါရဟု ရေတွက်၍ အားထုတ်နေစဉ် အမှား - အမှန် သံသယဝါရ သန္နိဋ္ဌာနဝါရတို့ကိုသိရန် ပြဦးအံ့၊

သံသယဝါရ ဤရှစ်ခုတကြိမ် တဝါရဟု ခေါ်သော ဝါရသည် သံသယဝါရ သန္နိဋ္ဌာနဝါရဟူ၍ နှစ်ပါး အပြားရှိ၏။ ထိုနှစ်ပါးတို့တွင် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည် ထွက်သည်–ဝင်သည် တစ်။ ပ။ ထွက်သည်–ဝင်သည် ရှစ်တိုင် ဤအတွင်း၌ အာရုံခြောက်ပါးတို့တွင် တပါးပါးသော အာရုံသို့ပြေးဝင်သော်ငြား–နီဝရဏ ငါးပါးတို့တွင် တပါးပါးသော နီဝရဏသို့ ပြေးဝင်သော်ငြား၊ ဝိတက်ကြီး သုံးပါး၊ ဝိတက်ငယ်ခြောက်ပါးတို့တွင် တပါးပါးသောဝိတက် သို့ပြေးဝင်သော်ငြား ပြေးဝင်၍ မှားသွားလျှင် သံသယဝါရ . မည်၏။ သီလ၌ ကျိုးပေါက်သလို သမာဓိ၌လည်း ကျိုးပေါက်သည် မည်၏။ ဝါရ–ဟု မရေတွက်အပ် မယူအပ်ပါ၊ ဤရှစ်ခုဟူသော တဝါရအတွင်း ခန္ဓာကိုယ်ကာယ မငြိမ်မသက် တုန်လှုပ်ယိမ်းယိုင်ခြင်း–ကာယဝိညတ်၊ စကားပြောဆိုခြင်း– ဝစီဝိညတ်၊ဖြစ်ပါမူ အဘယ်ဆိုဘွယ်ရာ ရှိအံ့နည်း၊ ဝါရဟူ၍ မမှတ်အပ်၊ သံသယဝါရ မည်တော့၏၊ (အမှား) သံသယဝါရဟု မှတ်။

သန္နိဋ္ဌာနဝါရ ပြဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော အာရုံခြောက်ပါး၊ နီဝရဏ ငါးပါး၊ ဝိတက်ကြီးသုံးပါး၊ ဝိတက်ငယ် ခြောက်ပါးတို့ကို တကြိမ် တခါမှမပြေးမသွားမရောက်မဝင်ဘဲတစ်ကရှစ်တိုင်အောင်စိတ်ကို ဆောင်၍ ထွက်တိုင်း ဝင်တိုင်း အတွေ့အထိ ဖောဋ္ဌဗ္ဗကို တစ်က ရှစ်တိုင်အောင် ရေတွက်၍ မှတ်မိသော သတိအမှားသို့မရောက်ဘဲ အမှန်သို့ရောက်သော် သန္နိဋ္ဌာနဝါရ မည်၏။(အမှန်)သန္နိဋ္ဌာန ဝါရဟု မှတ်။

အတိုချုပ်ဆာတော့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည် တပါးသော အာရုံသို့ရောက်၍ ရေတွက်အပ်သော ဝါရမှားသွားလျှင် သံသယဝါရ မည်၏၊ တပါးသောအာရုံသို့မရောက်ဘဲ ရေတွက်အပ်သော ဝါရ မှန်သွားလျှင် သန္နိဋ္ဌာနဝါရမည်၏၊ ဤသို့အတိုချုပ်ကိုလည်း သိအပ်၏။

ဤသို့ သံသယဝါရ သန္နိဋ္ဌာနဝါရတို့ကို မှတ်လျက် သံသယဝါရသည် အမှား၊ သန္နိဋ္ဌာနဝါရသည် အမှန်ဟု သိအပ်၏။ဤကား အာနာပါနသမထ ပဥ္စမနည်းအားထုတ်စဉ် အမှား-အမှန် သံသယဝါရ သန္နိဋ္ဌာနဝါရတို့ကို ပြခြင်းပေတည်း။

ဝဏ္ဏနသုံးပါး သိရန် ပြခြင်း

ဝဏ္ဏနသုံးပါးတို့ကို ပြဦးအံ့၊ ဝဏ္ဏနသည် သုံးပါးရှိသည်၊ ဝဏ္ဏနသုံးပါးကား (၁) အာဝဏ္ဏန၊ (၂) အန္တာဝဏ္ဏန၊ (၃)ပတ္တာဝဏ္ဏန ဟူ၍ ဝဏ္ဏနသုံးပါးရှိသည်။

၁။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အကြင်တရားကို အားထုတ်နေစဉ် အခါ၌ လူသံ၊ ဆူညံသံ၊ ဆင်သံ၊ မြင်းသံ၊ စည်သံ၊ မောင်းသံ၊ ခေါင်းလောင်းသံ၊ တုံးမောင်းသံ၊ နာရီသံ၊ စက်သံ၊ ကြက်သံ၊ ငှက်သံ စသည်တို့တွင် တခုခုသော အသံကို ကြား၏၊ ကြားခဲ့ပါမူ ကြားသော် ကြားကာမျှဖြင့် အာဝဏ္ဏန။

၂။ ဤအသံကား လူသံလော မိန်းမသံလော ယောကျ်ားသံလော ကလေးသံလော လူကြီးသံလော စသည်ဖြင့် တွေးတောရ၍ မည်သူ၏ အသံထင်ပါရဲ့— ဤသို့စသော အားဖြင့် ဖြစ်ခြင်းသည် အန္ဝာဝတ္တန။

၃။ ထိုထက် ပိုလွန်၍ ဤသူသည် ဤမည်သောသူတဲ့ ယောကျ်ားတဲ့ မိန်းမတဲ့ မည်သူတဲ့—ဤသို့ ဤပုံ စသည် ဖြင့် တွေးတော ကြံဆနေသည်၏ အဖြစ်သို့ ရောက်ခြင်း ပတ္ထာဝတ္တန။

ဤသို့ ဝတ္တနသုံးပါး၏ သဘောသွားကို သိအပ်၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သဒ္ဒါရုံ—အသံကိုကြားသော် အသံဟု ကြားကာမျှ ဖြစ်ခြင်းသည် အာဝဝတ္တန၊ အာဝတ္တန သာ ဖြစ်ရာ၏၊ အန္ဝာဝတ္တန၊ ပတ္ထာဝတ္တနတို့ မဖြစ်ရာ၊ အာဝဝတ္တနသာ ဖြစ်ရမည်ကို အထူးသတိပြုအပ်၏။

ထို သဒ္ဒါရုံကိုပြက ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှတပါး ကြွင်းသော အာရုံတို့၏ အာဝတ္တန အန္ဝာဝတ္တန ပတ္ထာဝတ္တနတို့ကို သိအပ်ကုန်၏၊ သိကြကုန်၍ အာဝတ္တနသာဖြစ် စေရာ၏။ ဂန္ဓာရုံ စသည်တို့ကို လည်း ဤနည်းအတူ သိအပ်ကုန်၏၊သိကြကုန်၍ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် အာဝတ္တနသာ ဖြစ်စေရမည်ကို သိအပ်ကုန်၏။

ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌ မတ္တ သုတေ သုတမတ္တ ဃာယိတေ ဃာယိတမတ္တ သာယိတေ သာယိတမတ္တ ဖုသိတေ ဖုသိတမတ္တ ဝိညာတေ ဝိညာတမတ္တ တို့ကား— ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး ပုဂ္ဂိုလ်ငယ်တို့

နှုတ်ဖျား၌ အမြဲထားလျက်ရှိကြသဖြင့် အနက်အဓိပ္ပာယ်အကျယ် ဝိတ္ထာရသင်္ခေပကထာတို့ကို လိုအပ်သလို ရနိုင်၍ လိုအပ်ပါက ဆရာမြတ်တို့ထံ ဆည်းကပ်ကြပါကုန်၊ ဆည်းကပ်၍ ဥဂ္ဂဟ ပရိပုစ္ဆာ သဝန နိစ္ဆယ ဓာရဏာလည်း ပြုအပ်ပါကုန်၏။

ဤသို့ အာနာပါန သမထ ပဋ္ဌမနည်းဖြင့်ပင် သမာဓိ တည်ကြည်ထောင်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဦးစွာ ပဓာန အာနာပါနသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံနှင့် အတွေ့အထိ ဖောဋ္ဌဗ္ဗကို သတိမလွတ်အောင် ရှေးရှု၍ ဂဏနနည်း အင်္ဂကဝါရဖြင့် ဝါယမစိုက်ကာ အားထုတ်နေစဉ် သိအပ်သော အဖြစ်-အပျက် အမှား အမှန် စံသည်ကိုသိ၍ ဝတ္တနသုံးပါးကို သိအပ်၏။

ဤကား ဝတ္တနသုံးပါးကို ပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း၌ သိအပ်-ပယ်အပ်သော သဘောတို့ကို အမြွက်မျှပြခြင်း

အာနာပါနသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်နည်းအားထုတ်ရန်ကိုလည်း သိပြီ၊ အားထုတ်ပုံကိုလည်း အားထုတ်ဘတ်ပြီ၊ အမှား အမှန်ကိုလည်း သိပြီ၊ ရှောင်တတ် ပယ်ဘတ်ရန် ရှောင်အပ် ပယ်အပ်သော အာရုံ ဝိတက် နီဝရဏ သဘောတရားတို့ကိုကား ကျွမ်းကျင်၍ သဘောပေါက်မှ ရှောင်တတ် ပယ်တတ်မည်ဖြစ်သဖြင့် သိအပ်ရန် သိအပ်ကြောင်း အမြွက်ပြဦးအံ့။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ အားထုတ်အပ်သော အာနာပါန သမထ အလုပ်တရားသည် ခြောက်ပါးသောအာရုံ၊ သုံးပါးသော ဝိတက်ကြီး၊ ခြောက်ပါးသော ဝိတက်ငယ်၊ ငါးပါးသော နီဝရဏ– စသော အညစ်အကြေးဟူသော ကန့်ကွက် ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်သော သဘောတရားတို့ မဝင်မရောက်မကန့်မကွက် မပိတ်မဆို့ မတားဆီးနိုင်ဘဲ ငြိမ်းစေသော အာနာပါန သမထ ဂဏန အဋ္ဌကဝါရဖြင့် ဖုသနကိုမိအောင်ဖမ်း၍ အားထုတ်သော အာနာပါန သမထနည်း ဖြစ်သည်။

အာရုံငါးပါး–ခြောက်ပါးကား–

မျက်စိဖြင့် မြင်အပ်သော–အဆင်း .... ရူပါရုံ
နားဖြင့် ကြားအပ်သော–အသံ .... သဒ္ဒါရုံ
နှာခေါင်းဖြင့် နံအပ်သော–အနံ့ .... ဂန္ဓာရုံ
လျှာဖြင့်လျက်အပ်သော–အရသာ .... ရသာရုံ
ကိုယ်ဖြင့် တွေ့အပ်သော–အတွေ့ .... ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ
စိတ်ဖြင့် သိအပ်သော–ထိုထိုဓမ္မ .... ဓမ္မာရုံ

ဤ အာရုံငါးပါး–ခြောက်ပါးတို့ကို လေ့လာ၍ သိအပ်၏။ ဤအာရုံငါးပါး–ခြောက်ပါးတို့ အာရုံခတ်ချင်းဟပ်သည် ကိုလည်း သိအပ်၏၊ သဘောသွားကိုလည်း သိအပ်၏၊ လျှော် အောင် ကျွမ်းကျင်၍ လိမ်မာစေအပ်၏။ ကျွမ်းကျင်အောင် ဆည်းကပ်၍ ဆောင်နိုင်ပါစေ။

ဝိတက်ကြီး သုံးပါးကား—

၁။ ကာမဝိတက်—ရူပါရုံ စသော အာရုံ၌ အလိုကာမနှင့် စပ်၍ ကြံစည်ခြင်း။

၂။ ဗျာပါဒ ဝိတက်— စီးပွားချမ်းသာကို ပျက်စီးစေလို သည်နှင့် စပ်၍ ကြံစည်ခြင်း။

၃။ ဝိဟိံသဝိတက်—ညှဉ်းဆဲ နှိပ်စက် ပင်ပမ်းစေလိုသည် နှင့် စပ်၍ ကြံစည်ခြင်း။

ဝိတက်ငယ် ခြောက်ပါးကား—

ဤဝိတက်ငယ်ခြောက်ပါးတို့ကို ကျွန်ုပ်တို့သည် ဝိပဿ နာ၌ များစွာအသုံးချသဖြင့် ဤနေရာ၌ မပြဘဲ နောင်အခွင့်ရ သောအခါ ပြလတ္တံ့။

နီဝရဏဘရား ငါးပါးကား—

၁။ ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏ—ငါးပါးသောအာရုံ၌စုံစုံမက်မက် သာယာနှစ်သက်သော တဏှာရာဂတို့၏ ရှေးဦးစွာ အလိုရမက်ဖြင့် ထွက်ပြူလာသော ကာမစ္ဆန္ဒ၊ ဤ ကာမစ္ဆန္ဒသည် ကုသိုလ်တရားတို့၌ ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်သောကြောင့် နီဝရဏ၊ ထိုကာမစ္ဆန္ဒ နီဝရဏ်သဘောသည် အာရုံ၌ စုံစုံမက်မက် အလိုရှိ သဖြင့် ထွက်ပြူ၍ ကုသိုလ်တရား၌ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်ခြင်း။

၂။ ဗျာပါဒနီဝရဏ–မျက်ကြုတ်(၉)တန် မျက်ကြုတ်(၁၀)တန် ဒေါသရန် ဖြစ်သဖြင့် ကုသိုလ်တရား၌ ကန့်ကွက် ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်ခြင်း။

၃။ ထိနမိဒ္ဓနီဝရဏ– အာရုံ၌ စိတ်စေတသိက်တို့သည် မခံ့မကောင်း စောင်းကွေးဆန့်ငင် ရင်တငေါ့ငေါ့ ကျောတဆန့်ဆန့် တသန်းသန်း တဝေဝေ တတွန့်တွန့်နှင့် ပျင်းရိ ထိုင်းမှိုင်း၍ (လယာပါဒန) ဖြစ်သဖြင့် ကုသိုလ်တရား၌ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့တားဆီးတတ်ခြင်း။

၄။ ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ နီဝရဏ– အာရုံ၌ မငြိမ်မသက်ဘဲ ကျောက်ခတ်သော ပြာကဲ့သို့ မငြိမ်မသက် ပျံ့လွင့်ခြင်း၊ ပြုအပ်ပြီး မပြုအပ်ပြီးသည်တို့ကို ကတာကဘာ အပ္ပသန္တဘာဝ အဖန်ဖန်ဖြစ်သဖြင့် ကုသိုလ်တရား၌ ကန့်ကွက် ပိတ်ဆို့ တားဆီးဘတ်ခြင်း။

၅။ ဝိစိကိစ္ဆာ နီဝရဏ–အာရုံ၌မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘဲ သို့လော သို့လော ကတံကတ အဝိနိစ္ဆယဘာဝ ဖြစ်သဖြင့် ကုသိုလ်တရား၌ကန့်ကွက်ပိဘ်ဆို့တားဆီးတတ်ခြင်း။

ဤသည်တို့ကိုလည်း ကျမ်းကျင်ထားအပ်ပါ၏။

ဤငါးပါးသော အာရုံ၊ သုံးပါးသော ဝိတက်ကြီး၊ ခြောက်ပါးသော ဝိဘက်ငယ်– ငါးပါးသော နီဝရဏတို့တွင် ငါးပါးသော အာရုံသည် သတ္တဝါတို့ နှစ်သက်အပ်သော အာရုံ

ဖြစ်၍ အာယတ္တမဖြစ်ပေရန် သံဝရော သာဓု— သံဝရတရားနှင့် ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ပယ်ဟန်ကို သိအပ်၏။

သုံးပါးသော ဝိတက်တို့သည် ပွေပွေလီလီ၊ ရှာရှာဖွေဖွေ၊ ကြံကြံဖန်ဖန် ကြံစည်တတ်၍ အာယတ္တမဖြစ်စေရန် ယုတ်မာကုန်သော အကုသလဝိတက်တို့ကို မကြံစည်ကြကုန်လင့်ဟု ဟောကြားတော်မူအပ်သည်ကို ထောက်ရှုအပ်၏။

မာ ဘိက္ခဝေ ပါပကေ အကုသလေ ဝိတက္ကေ ဝိတက္ကေယျာထ။

ဘိက္ခဝေ၊ ဝိတက်အရေး ကြံစည်တွေးငြား ငါ၏ချစ်သား ရဟန်းများတို့။ တုမှေ၊ ငါ၏ချစ်သား သင်ရဟန်းများတို့သည်။ ပါပကေ၊ မကောင်းစုတ်ချာ ယုတ်မာကုန်သော။ အကုသလေ၊ အကုသိုလ်ဖြစ်ကုန်သော။ ဝိတက္ကေ၊ ဝိတက်တို့ကို။ မာဝိတက္ကေယျာထ၊ တွေးတောဖန်ဖန် မကြံစည်ကြကုန်လင့်။ ဟု.... သံယုတ်ပါဠိတော် ထိုထို၌ ထုတ်ဆို၍ ဟောကြားတော်မူအပ်သော စကားတော်ကို ဦးထိပ်ထက် ပန်ဆင်၍ ဤ "အာနာပါနသမထ" အရာ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် တွန်းလှန်ကန့်ကွက်၍ ခြေနှင့်လက် ခေါင်းမထွက်အောင် ပိတ်ဆို့ကြရသည်ကို သိအပ်၏။

နီဝရဏတရားငါးပါးသည် ကောင်းမှုဘိုထိုတို့၌ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့တားဆီးတတ်သော သဘောတရားများဖြစ်သည်။ဘနည်း

အားဖြင့် ပညာတည်းဟူသော မျက်စိကို ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်သော သဘောတရားများဖြစ်သည်။ ထိုသိမြင်အပ် စရာတို့ကို သိနိုင်မြင်နိုင်သော ပညာတည်းဟူသော မျက်စိကို ကန့်ကွက် ပိတ်ဆို့တားဆီးတတ်သော ပါပယုတ္တကြမ်းကြုတ် လှသော နီဝရဏတရားတို့ကို အဘယ်သို့သော သဘောတရား သည် ငြိမ်ဝပ်၍ ငြိမ်းစေအောင် တတ်နိုင်ပါအံ့နည်းဟု စကား တခု ပြုငြားအံ့။

နီဝရဏေဓမ္မေ သမေတီတိ သမထော။

နီဝရဏေဓမ္မေ၊ ကုသိုလ်ဓမ္မဟူသမျှတို့၌ ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်သော ပါပယုတ္တ ကြမ်းကြုတ်လှသည့် နီဝရဏ တရားတို့ကို။ သမေတိ၊ ငြိမ်ဝပ်၍ ငြိမ်းစေတတ်၏။ ဣတိတသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ သမထော၊ သမထ မည်၏။

တိမ်စင်သော ကောင်းကင်ကဲ့သို့ လင်းပေ၏။ ဒါကြောင့် ပါပယုတ္တ နီဝရဏတရားတို့ကို ငြိမ်းစေတတ်သော သမာဓိကို ပွားများ အားထုတ်ကြကုန်လော့ဟု ဟောကြားတော်မူသည် ကား—

သမာဓိံ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ။

ဘိက္ခဝေ၊ နီဝရဏရန်ကိုတွန်းလှန်ရည်မှန်း အိုရဟန်းတို့။ တုမ္ဟေ၊ သင်ရဟန်းတို့သည်။ သမာဓိံ၊ ပါပယုတ္တ နီဝရဏတို့ ငြိမ်းစေရာဘိ သမာဓိကို။ ဘာဝေထ၊ မထ မကြွ မြတ်သော လုံ့လဖြင့် ဝါယာမစိုက်ကာ ပွားများ အားထုတ် ကြပါကုန် လော့။

ဤသို့ ဟောကြားတော် မူအပ်သည်ကို ထောက်ရှု၍ အားထုတ်အပ်သော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့၍ တားဆီးတတ်သော နီဝရဏတို့ကို ငြိမ်းစေကြောင်း၊ ကောင်းလှသော "အာနာပါနသမထ ဘာဝနာ" သမာဓိတရားကို ယောဂီ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ သိအပ်တော့၏။

ဘယ်အရှုပ် ဘယ်အထွေး ဘယ်အနှောင့်အယှက် ဘယ် အမြေးမှ မကပ်ငြိဘဲ ရှင်းလင်းအပ်သော သဘောရှိပါပေ၏။ ပရိကပ္ပ ကြံဆအပ်သော သဘောတရားမရှိပေ၊ နီဝရဏတရား တို့ကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်တည်းဟူသော ဤ "အာနာပါန သမထ" အာရဗ္ဘဝီရိယဖြင့် ကြိုးကြိုးစားစား အားပါးတကုတ် အား ထုတ်၍ ပယ်သည်ကို သိအပ်၏။

ဤသို့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ထင်ရှားစွာ ပြအပ် ခဲ့သော "ဂဏနနယ အဋ္ဌကဝါရ အာနာပါန သမထ"အားထုတ် ပုံကိုလည်း သိသည်၊ ပယ်အပ်သော ပါပယုတ္တ နီဝရဏတရားတို့ ကိုလည်း သိသည်၊ အာရဗ္ဘဓာတ် သမ္မာ ဝါယာမ ဝီရိယဖြင့် လည်း အားထုတ်အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဟုလည်း သိသည်၊ "အပ္ပမာဒေန ဘိက္ခဝေ သမ္ပာဒေထ"ဟူသည်နှင့် အညီ သတိ မလွတ်အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ ကောင်းစွာထား၍ ထင်စေ သော သတိရှိရမည်ကိုလည်း သိသည်။ အားထုတ်၍ ထင်သော သတိပင်လျှင် အာရုံအလွန်ထင်၍ တည်လျှင် သတိပဋ္ဌာန် မည်သည်ကိုလည်း သိသည်။ သတိပဋ္ဌာန်မည်သည်ကို သိ၍ သဘောပေါက်ကာ ဝမ်းမြောက်စွာ သိအပ်မှတ်အပ်သော သဘာဝ သာဓကတို့ကား—

ဘုသံ တိဋ္ဌတီတိ ပဋ္ဌာနံ။ သတိဧဝ ပဋ္ဌာနံ သတိပဋ္ဌာနံ။

ဘုသံ။ လွန်စွာ။ တိဋ္ဌတိ၊ တည်တတ်၏။ ဣတိတသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်၊ ပဋ္ဌာနံ၊ ပဋ္ဌာန မည်၏။ သတိဧဝ၊ သတိသည် ပင်လျှင်။ ပဋ္ဌာနံ၊ လွန်စွာတည်တတ်သည်တည်း။ သတိပဋ္ဌာနံ၊ သတိသည်ပင်လျှင် လွန်စွာတည်တတ်သည်။

သတိပဋ္ဌာနသဘောကား အားထုတ်အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံ၌ လွန်စွာတည်တတ်သော၊ သဘော ခိုင်သော သဘော၊ ထင်သော ဥပဋ္ဌာနသဘောကို သတိပဋ္ဌာန်ဟု ဆိုလို၏။

ကိလေသ ပါပယုတ္တ နီဝရဏ ရန်တို့ကို သတိပဋ္ဌာန်မည်သော "အာနာပါနသမထ" ဘာဝနာတရားက ပယ်ရှား သုတ်သင်၍ ငြိမ်းစေသည်၊ ငြိမ်းစေတတ်သောကြောင့် သမထမည်၏။ ထို့ကြောင့်—

နီဝရဏာဓမ္မေ သမေတီတိ သမထော။

ဟု နောက်နားက ပြခဲ့သည်ကိုလည်း နှလုံးသို့ရောက် အောင် သဘောပေါက်စေသည်၊ ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ကိုလည်း သိအပ်၏။

ဤသို့ပြခဲ့သော "ဂဏန နယ အဋ္ဌကဝါရ အာနာပါန သမထ"သည် ဤမျှသော သမထဖြင့်ပင်နေရန် မဟုတ်သေးဘဲ ဝိပဿနာသို့ကူးပြောင်းရန် အခြေခံသော အာနာပါန သမထ ဖြစ်သည်၊ သမထ သမာဓိတရားကို ပွားများသည် ရှိသော်

နောင် အားထုတ်လတ္တံ့သော ပညာဝိပဿနာတရားသည် များ
မြတ်သော အကျိုးရှိသည်၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင်
အာနိသင်ရှိသည်ဟု ပရိနိဗ္ဗာနသုတ် ၌ဘဲဆို ဟောကြားတော်မူ
အပ်သည်နှင့်အညီ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားထုတ်လတ္တံ့
သော ဝိပဿနာဖွံ့ဖြိုး၍ အချီးမျိုးသော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင်
အာနိသင်ရှိရန် ယောနိသော မနသိကာရ အာဘောဂ ဆန္ဒ
ဝါယာမဖြင့်၊ "အာနာပါနသမထကိုကြိုးကြိုးစားစားပွားများ
၍ အားထုတ်အပ်ပေ၏။ နှလုံးဆိုက်၍ နှစ်ခြိုက်စေသတည်း။

ဤသည်တို့ကား အာနာပါနသမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အား
ထုတ်စဉ် သိမှတ်အပ် ပယ်အပ်သော သဘောတရားတို့ကို သိမှတ်
ရန် အမြွက်မျှပြခြင်း စကားရပ်တို့ပေတည်း။

အာနာပါနသမထကို အားထုတ်နေစဉ် စိတ်ကို ဆုံးမရန်ပြခြင်း

ပြအပ်ခဲ့သော "အာနာပါန သမထ ဂဏနနည်း" စသည်
တို့ကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိအားထုတ်အပ်
သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှတပါး ရှေ့နောက် ဝဲယာ ထက်အောက်
ခြောက်ထွေရှိလေသောအရပ်၌ရှိကြကုန်သောအာရုံတို့ကိုဘယ်သို့
သော အာရုံကိုမှမကြံစည် မတွေးတောရ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌သာ
စိတ်ကိုထား၍ မျက်စိမှိတ်လျက် အားထုတ်အပ်၏၊ ထိုင်၍
အားထုတ်နေစဉ် မျက်နှာ ငုံ့သည်၊ မော့သည်၊ စောင်းသည်ဟု
စိတ်ထဲက ထင်တတ်၏၊ စိတ်ထဲကထင်သော် စိတ်ထဲကပင် ပြင်၍

ခပေးရ၏၊ ပြင်၍ ပေးပြီးသောအခါ ထွက်သက် ဝင်သက် ထွက်သော ဝင်သောအခါ သဘာဝအတိုင်းသာ ရှုမှိုက်၍ နှလုံးသွင်း အားထုတ်ရာ၏၊ အထူး ဝင်အောင် ထွက်အောင် ထင်ရှားအောင် ပြုပြင်၍ မပေးရပါ၊ အားထုတ်သော သမ္မာဝါယာမသတိဖြင့် သမာဓိ ထူထောင်နေသောကြောင့် တခုခုသော အာရုံ၊ တခုခုသော နိမိတ်၊ တခုခုသော အထူး၊ တခုခုသော အဆန်းတွေ့သော်ငြင်း၊ မြင်သော်ငြင်း၊ ကြားသော်ငြင်း၊ နံသော်ငြင်း၊ တွေ့ရုံ၊ မြင်ရုံ၊ ကြားရုံ၊ နံရုံသာထား၍ မကြည့်မရှု ဂရုမပြုဘဲ ဥပေက္ခာထားရာ၏။

စိတ္တေန နိယျတေ လောကော ဖြစ်တတ်၏၊ မဖြစ်လင့်၊ ဘခုံခုံသော အာရုံတွေ့ကြုံသော် မိမိနှလုံးသွင်း အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ ပမာနကို စိတ်ကဆောင်၍ သတိမလွတ်အောင် မြဲစွာသောသတိဖြင့် ဖွဲ့ချည်ထားရာ၏။

သည်တိုင်၌ အဘယ်သို့ ဖွဲ့ချည်ထားရမည်နည်း ဟူမူ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသော နွားမိုက်ကို ဆုံးမသကဲ့သို့ ခိုင်မြဲစွာ သော သည်တိုင်၌ ခိုင်မြဲသောကြိုးဖြင့် ဖွဲ့ချည်ထားရာ၏၊ ထိုသို့ ဖွဲ့ချည်သောအခါ ထိုနွားမိုက်ယော်သည် တပါးသော အရပ်သို့ ပြေးသွားလိုပါလျက် မပြေးသွားနိုင်၍ ထိုတိုင်၌သာ ဝပ်ကာ အိပ်ရှာရတော့သကဲ့သို့ ထို့အတူ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှည်မြင့် စွာသော ကာလပတ်လုံး ရူပါရုံ အစရှိသော အာရုံတို့၌

ကျက်စားတတ်သော စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက်ကို ဆုံးမလိုသော ရဟန်းနှင့် လူ အကြင်ဟိန္ဒုဂူတို့သည် ထွက်သက် ဝင်သက်တည်းဟူသော သည်းတိုင်၌ နွားငယ်နှင့်တူသော စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက်ကို သတိတည်းဟူသော ကြိုးဖြင့် ဖွဲ့ချည်ထားရာ၏၊ ထို့ကြောင့်-

ဝေမေဝ္ဘမိနာပိ ဘိက္ခုနာ ဒီဃရတ္တံ ရူပါရမ္မဏာဒိရသပါနဝဍ္ဎိတံ ဒုဋ္ဌစိတ္တံ ဒမေတုကာမေန ရူပါဒိအာရမ္မဏတော အပနေတွာ အရည်ဝါ။ ပ။ သုညာဂါရံဝါ ပဝိသေတွာ တတ္ထ အဿာသ ပဿာသထမ္ဘေ သတိယောတ္တေန ပဋိဗန္ဓိတဗ္ဗံ။

ဝေမေဝ၊ ဤသို့ ဆိုးညစ်ယုတ်မာ မကောင်းစွာလှသော နွားမိုက် နွားငယ်ကို ဆုံးမလိုသော ဥပမာအတူသာလျှင်။ ဒီဃရတ္တံ၊ ရှည်မြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး။ ရူပါရမ္မဏာဒိရသပါန ဝဍ္ဎိတံ၊ ရူပါရုံ စသည်ကိုစွဲ၍ ဖြစ်သော သာယာအပ်သော သုခဝေဒနာ ဟူသော အရသာကို သောက်သဖြင့် ကြီးပြင်းသော။ ဒုဋ္ဌစိတ္တံ၊ ပျက်ချော်၍ မလျော်သော စိတ်ကို။ ဒမေတုကာမေန၊ ဆုံးမလိုသော။ ဣမိနာ ပိ ဘိက္ခုနာ၊ ဤရဟန်းနှင့် ရှင် လူ ဟိဒိဂူသည်လည်း။ ရူပါဒိအာရမ္မဏတော၊ ရူပါရုံ အစရှိသော အာရုံမှ။ အပနေတွာ၊ ဝေးအောင်ရှောင်ဖယ် ကောင်းစွာပယ်၍။ အရည်ဝါ၊ လူသံ ဆူသံ တည့်ညံ့ဘို့ ဝေးကွာလှသည့် တောဝနသို့လည်းကောင်း။ သုညာဂါရံဝါ၊ လူသံဆူသံ တည်ညံ့တို့ တိတ်ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ လည်းကောင်း။ ပဝိသေတွာ၊

မှချွတ်မယွင်း ကောင်းစွာသွင်း၍။ တတ္ထ၊ ထိုလူသူဝေးလှသည့် တောဝန စသည်၌။ အဿာသ ပဿာသထမ္ဘေ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်တည်းဟူသော သည်တိုင်၌။ သတိယောတ္တေန၊ သတိ တည်းဟူသော ကြိုးဖြင့်။ ဗန္ဓိတဗ္ဗံ၊ ဖွဲ့ချည်ထားအပ်၏။

ဤသို့ပြအပ်သော "အာနာပါနသမထ ဂဏနနည်း"ဖြင့် ထွက်သက် ဝင်သက်ဘည်း ဟူသော သည်တိုင်၌ သတိဘည်း ဟူသော ကြိုးဖြင့် မိမိ၏ စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက် စိတ်လေ စိတ်လွင့်ကို တုပ်နှောင်ဖွဲ့ချည်၍ ဣရိယာပထလေးပါးတို့တွင် တခုတခုသော ဣရိယာပထ၌ နေထိုင်၍ သန္နိဋ္ဌာနဝါရပေါင်းတဆယ်တန်သည် နှစ်ဆယ်တန်သည် စသည်ဖြင့် ပွားများအားထုတ်ရာ၏။

လေးပါးသော ဣရိယာပထတို့တွင် ဩဠာရိကဣရိယာ ပထ၌ သန္နိဋ္ဌာန ဝါရ ရအောင် စွမ်းနိုင်ပါမူ ကောင်းလေစွ၊ မစွမ်းနိုင်ပါမူ သံသယဝါရဖြင့် ကျေနပ်ရပါသည်။ သုခုမ ဣရိယာပထတို့၌ မှန်ကန်သော သန္နိဋ္ဌာနဝါရ များများ ရအောင် အားထုတ်ရပါသည်။ စားသောက်-သွားလာသော အခါ စသည်တို့၌လည်း ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို သတိမလွတ်အောင် သတိတည်းဟူသော ကြိုးဖြင့် အာနာပါန တည်းဟူသော တိုင်၌ ဖွဲ့ချည်ထားရာ၏။

ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ကျမ်းမြတ် ပြအပ်သည်နှင့်အညီယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက်ကို ကောင်းစွာဆုံးမ၍ ကောင်းမြတ် သော မနသိကာရ ကောင်းမြတ်သော ပတ္ထနာဆုတောင်းဖြင့် ...ာင်းမြတ်သော သမ္မာဝိါယာမနှင့် အာရုံ အာရမ္မဏိက

မိမိအောင် သတိထူထောင်၍ နိဗ္ဗူသောင်သို့ ကူးရောက်နိုင်အောင် ပွားများအားထုတ်ကြရာ၏။

ဤသည်ကိုကား အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်စဉ် စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက်ကို ဆုံးမရန်ပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

ဂဏနအားကြောင့် ဘာဝနာပြည့်စုံကြောင်းကို ပြခြင်း

အာနာပါန ဂဏနနည်းဖြင့် ရေတွက်၍ အားထုတ်အပ်သော အာနာပါနသမထ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း၌ တစ်၊ နှစ်၊ သုံး စသည်ဖြင့် ရေတွက်အပ်သော ဂဏနအားကြောင့် ထင်ရှားစွာဖြစ်ပေါ်၍ ဘာဝနာပြည့်စုံရကြောင်းကို ပြဦးအံ့။

ထိုထို အခန်းအခန်းတို့၌ စမ်းဘဝါးဝါး မရှိရအောင် အမျိုးမျိုးဆောင်၍ ပြအပ်ခဲ့သော အာနာပါနသမထ ဂဏနနည်းဖြင့် အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်၍ နေ့ရက်များစွာ ကြာသောအခါ ပရိကံအားတက်၍ ဥဂ္ဂဟသက်ဝင်လျက် သမထအားကြောင့် စကားပြောလာတတ်သည်၊ စကားပြောလာတတ်သည် ဆိုသည်ကား— သမထကမ္မဋ္ဌာန်းတို့၏ ဝေါဟာရဖြင့် နိမိတ်ထင်လာသည်ကို ခေါ်၏၊ ဒါကြောင့် ရေတွက်၍ အားထုတ်အပ်သော သမထအားရှိသောအခါ စကားပြောသောသူလည်း ရှိ၏၊ စကားမပြောသောသူလည်း ရှိ၏။

အချို့ အာရဗ္ဘဓာတ်ဖြင့် မပြတ်မလပ် အားထုတ်သော်လည်း စကားမပြောသောကြောင့် မေးကြည့်ရလေသည်၊ အချို့

မမေးဘဲလည်း စကားပြောလေသည်၊ အချို့ စကားပြောလည်း မြန်လေသေးသည်၊ ဤသို့လည်း အမျိုးမျိုး ရှိဘတ်ပေ၏၊ စကားပြောသည်ဖြစ်စေ မပြောသည်ဖြစ်စေ အမှန်အားဖြင့် သမထဘည်းဟူသော ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် နီဝရဏဘည်းဟူသော ကိလေသာရန်တို့ကို ပယ်သတ်နေသည်ဟု သိအပ်ကုန်၏။

ဤကိလေသာ နီဝရဏရန်တို့ကို ပယ်သတ်သော သမထ—သမာဓိသည် အာရုံမများမူ၍ တခုတည်းသော အာရုံကိုသာ ယူလျက် တည်ထောင်သည်ဟု အထူးသိ၍ နှလုံး၌ သွင်းထားအပ်၏။

တခုတည်းသောအာရုံကိုယူ၍ တည်ထောင်သော သမာဓိသည် သဘာဝကမ္မဋ္ဌာန်းအလျောက် နိမိတ်ပေါ်၍ ထွက်လာတတ်သည်၊ (စကားပြောသည်ဟု ဆိုရ၏။) ဤနိမိတ်တို့သည် အမျိုးမျိုးပင် ဖြစ်ပေါ်တတ်ပေ၏၊ အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်သော နေ့ရက်ကြာသော်လည်း နိမိတ်မပေါ်သဖြင့် စကားမပြောသော သူဟု ခေါ်ရ၏၊ အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အနည်းငယ်သော နေ့ရက်ဖြင့်ပင် နိမိတ်ပေါ်သဖြင့် စကားပြောသောသူဟု ခေါ်ရ၏၊ အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် နီးသောအား ဝေးသောအား ဥပနိဿယ ရှိသောကြောင့် အနည်းငယ်သော နေ့ရက်ဖြင့်ပင် နိမိတ်ပေါ်တတ်သည်။

အဘယ်ကဲ့သို့ပေါ်တတ်ပါသနည်းဟူမူ ရှေ့တူရူ၌ အခိုးတိမ်တောင် တောက်ပြောင်သောအရောင် တောဘောင်အဆင်း တဝင်းဝင်း တလက်လက်နှင့် ကြယ်ပြောင်ကြီး၊ လဝန်းကြီး၊

နေဝန်းကြီး၊ ရွှဲလုံးကြီးအသွင် စသော နိမိတ်ဘို့ကိုလည်း ထင်မြင်တတ်၏၊ တယောက်နှင့်တယောက် တူသောနိမိတ်၊ မတူသော နိမိတ်များလည်း ရှိသည်၊ ထင်မြင်ပေမင့် လျစ်လျူရှုကာ ဂရုမထားဘဲ အားထုတ်မြဲ အားထုတ်အပ်၏၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကိုသာ ဂရုထား၍ သတိမလွှတ်အောင် အားထုတ်နေရပါသေး၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်၍ နေ့ရက်များစွာကြာသောအခါ အာနာပါနသမထ၌ တစ်-နှစ် စသည်ဖြင့် ရေတွက်သော ဂဏန အစဉ်သည် ဆေးစက်ကျရာ အရုပ်ဖြစ်သကဲ့သို့ အာရုံနှင့် အာရမ္မဏိကဟပ်ကာ ဟပ်ကာ ထပ်၍ ထပ်၍ စိတ်သည် ဗဟိဒ္ဓသို့ မသွားမရောက်ဘဲ တည်လာတတ်ပါသည်။

ဤသို့ ထွက်သည် ဝင်သည်-တစ်၊ ထွက်သည် ဝင်သည်-နှစ်၊ ထွက်သည် ဝင်သည်-သုံး စသော ဂဏနနည်းဖြင့် ရေတွက်ခြင်းနှင့် စပ်သော "အာနာပါနသမထ" ကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ရေတွက်ခြင်းနှင့် စပ်သော အား၏ အစွမ်းကြောင့်သာလျှင် စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက် စိတ်လေ စိတ်လွင့်ဖြစ်လျက် ပျက်ချော်၍ မလျော်သော စိတ်သည် တခုဘည်းသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ ကောင်းစွာတည်လာသည်၊ ဂဏန၏အားကြောင့်ဟုမှတ်အပ်၏။

ဤအခါ အာနာပါနသမထ ဂဏနနည်းဖြင့် အားထုတ်သော ယောဂီမှန် သူမြတ်သည် ထွက်သက် ဝင်သက် ထိရာထိရာ အရပ်၌ မခမ မလျော့သော သတိကို ကောင်းစွာထား၍ ပွားများအားထုတ်အပ်သော ဂဏန ဖုသနတို့၏ သမထဘာဝနာ

သည့် ကောင်းစွာဖူးလို၍ ပြည့်စုံရတော့သည်ဟု နှလုံး၌သိမှီး၍ မှတ်အပ်၏၊ ထို့ကြောင့်—

တံသောဝံ ဂဏယတော နိက္ခမန္တာစ ပဝိသန္တာစ အဿာသ ပဿာသာ ပါကဋ္ဌာ ဟောန္တိ။ (၁)

ဂဏနပဋိဗန္ဓေ ဟိ ကမ္မဋ္ဌာနေဂ ဏနဗလေနေဝ စိတ္တံ ဧကဂ္ဂံဟောတိ။ (၂)

ဖုဋ္ဌဖုဋ္ဌောကာသေပန သတိံထပေတွာ ဘာဝေန္တ ဿေဝ ဘာဝနာ သမ္ပဇ္ဇတိ။ (၃)

ဝေံ ဇုတ္တပကာရေနေ၊ ဤသို့ဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော အပြား အားဖြင့်။ ဂဏနယတော၊ ဂဏန်နည်းဖြင့်ရေတွက်အပ်သောတဿ၊ ထိုယောဂီမှန်သူမြတ်အား။ နိက္ခမန္တာစ၊ ထွက်သည်လည်းဖြစ်ကုန် သော။ ပဝိသန္တာစ၊ ဝင်သည်လည်းဖြစ်ကုန်သော။ အဿာသ ပဿာသာ၊ ထွက်သက်ဝင်သက်တို့သည်။ ပါကဋ္ဌာ၊ ထင်ရှားကုန် သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ [ပဌမ (၁) အနက်]

ဟိ၊ မပေါ်လွင်ခြား ထင်ရှားအောင်ပြဆိုဦးအံ့။ ဂဏန ပဋိဗန္ဓေ၊ ထွက်သည်ဝင်သည်—တစ်၊ ထွက်သည်ဝင်သည်—နှစ်—စသော ရေတွက်ခြင်းနှင့်စပ်သော။ ကမ္မဋ္ဌာနေ၊ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်း၌၊ ဂဏနဗလေနေဝ၊ ရေတွက်ခြင်းနှင့်စပ်သော အား ၏အစွမ်းဖြင့်သာလျှင်၊ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ ဧကဂ္ဂံ၊ တည်ကြည်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ [ဒုတိယ(၂) အနက်]

ဖဋ္ဌဖုဋ္ဌောကာသေပန၊ ထွက်သက် ဝင်သက် ထိရာ ထိရာအရပ်၌။သတိံ၊မမေ့မလျော့အပ်သောသတိကို။ထပေဟွာ၊ ထား၍။ဘာဝေန္တဿေဝ၊ ပွားများသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား သာလျှင်။ ဘာဝနာ၊ ပွားများအပ်သော ဂဏနဖုသနတို့၏ သမထဘာဝနာသည်။ သမ္ပဇ္ဇတိ၊ ကောင်းစွာဖူလုံပြည့်စုံရ၏။ [တံတိယ(၃)အနက်]

(တိမ်ကင်းသည့်လမင်းလို။ သူမွန်တို့၏ နှလုံးတွင်း၀င်းပါ ပေ၏ လင်းပါပေ၏။ ရှင်းပါပေ၏။)

စာဘတ်သူ ပုဂ္ဂိုလ်ချွန်သူတော်မွန်တို့သည်၊ဗဟုလီကတာ၊ အကြိမ်များစွာ အလေ့အလာ ပြုအပ်သည်–ဟူသည်နှင့်အညီ တခေါက်နှစ်ခေါက်ဖြင့် ရပ်လျက်မထားမူ၍ လေးငါးခေါက် လောက်မက နှလုံးတွင်းသို့ရောက်အောင် ဘတ်ကြား၍ နှလုံး သွင်းထားပါရန် တောင်းပန်အပ်ပါ၏။ ဤသို့ဒသာစကား အစဉ်တို့သည် မိမိ၏ဉာဏ်စွမ်းတွင်မက ဆရာ၏အထောက်အထား အကူအညီစကားစပ် စကားဟပ်စသည်တို့နှင့် လက်ထပ်ရအပ် သော ဟတ္ထမုဋ္ဌိလဒ္ဓေါပဒေသ "အာနာပါန သမထဂဏနနည်း" ဖြင့် ပြအပ်သော သမထ ဘာဝနာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အခကြောင်းဖြစ် သော "အာနာပါန သမထ ပဌမနည်း" ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် သမာဓိဘာဝနာပြည့်စုံရန် "သမာဓိံ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ" ဟု သဗ္ဗညုတ ရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြား တော်မူသည်ကို မမေ့မလျော့ မပေါ့ကုန်လေ့–သပ္ပုရိသ အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့။

ဤကား ရေတွက်အပ်သော ဂဏနအားကြောင့် သမထဘာဝနာ ပြည့်စုံကြောင်းကို ပြခြင်းစကားရပ်ပေတည်း။

အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်ရန်ပြခြင်း

ဤ အာနာပါန သမထ ဂဏနနည်းကို အားထုတ်ကြကုန်သော ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် တယောက်နှင့် တယောက် ခွတ်ချင်းမတူကြသဖြင့် တရားအားထုတ်ရာ ထင်ခြင်း မြင်ခြင်း တွေ့ခြင်းသည်လည်း မတူကြ၍ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့တက်ရန် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ စိတ်၌မလွယ်ကူကြဘဲ အသိခက်ခဲနေကြသည်ကို မသိမခက်ခဲရန် သဘာဝဖက်၍ လက်တွေ့နည်းစပ်ကာ ဤနေရာ၌ ပြခဲ့စေလိုကြောင်းကို ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် စေခိုင်းတော်မူသဖြင့် ပဌမနည်း မှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်ရန်ပြဦးအံ့။

ဤအရာ၌ အာနာပါန သမထဂဏနနည်းကို အားထုတ်ကြကုန်သော ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် အာနာပါန သမထ ပါရိဟာရိယ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားမထုတ်မီ သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရှေးဦးစွာ အားထုတ်ခဲ့သဖြင့် ပရိကံကောင်းလျက်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြပါသည်။ ရှေ့အားကြောင့် နောက်အားကောင်းသဖြင့် ဤအားထုတ်အပ်သော အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် "ဂဏနဗလေနေဝ စိတ္တံ ကေဂ္ဂ"း

ဟူသည်နှင့်အညီ ရေတွက်အပ်သော ဂဏနအားကြောင့် စိတ်သည် တည်ကြည်သည်ဖြစ်၍ "ဘာဝနာသမ္ပဇ္ဇတိ–ဘာဝနာပြည့်စုံရတော့၏" ဟုပြန်သည်နှင့်အညီ မခက်တော့သဖြင့် အာနာပါန သမထ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့တက်ရန် အာရုံချင်းအဟပ်ကောင်းလျက်–

ဖုဋ္ဌဖုဋ္ဌောကာသေပန။ ပ။ ဘာဝနာ သမ္ပဇ္ဇတိ။

ဘာဝနာ ပွားများအပ်သော ဂဏန ဖုသနတို့၏ သမထဘာဝနာသည်။ သမ္ပဇ္ဇတိ၊ ကောင်းစွာဖူလုံပြည့်စုံ၏။ ဟု ဆိုခဲ့သည်နှင့်အညီ အဟုတ်ပြည့်စုံလျှင် ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ အဟုတ်တက်နိုင်တော့၏။

တရားကို အားထုတ်သောသူသည် ဆရာနှင့်နီးနေသည့်အခါ မကောင်းကျစ်ဘဲ ဖြောင့်မတ်သောသဘောရှိ၍ ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်သော စကားကိုပြောရ၏၊ ဤမှအဖြောင့်အတိုင်းသွား၍ အဖြောင့်အတိုင်းတက်နိုင်သည်ကို သိအပ်၏၊

သို့မဟုတ်ပါက (၁) ကာယိကသက်တိက (၂) အာရမ္မဏသက်တိက နှစ်ပါးရှိသောသူသည် အာနာပါန သမထ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်ပါသည်။

(၁) ကာယိကသက်တိကဆိုသည်တား–ဆရာထံ၌ နည်းယူ၍ သဒ္ဓါတရားဖြင့်နေ့ရက်လများစွာ အားထုတ်နေသောသူ၏လက်ရှိကမ္မဋ္ဌာန်းသဘောဖြစ်၏။

(၂) အာရမ္မဏသက်တိကဆိုသည်ကား—ဆရာထံ၌နည်းယူ၍ သဒ္ဓါတရားဖြင့်နေ့ရက်လများသည်ဖြစ်စေ။ နည်းသည်ဖြစ်စေ အားထုတ်သောသူ၏ ထင်မြင်သေစအာရုံ နိမိတ်လက်ရှိသဘောဖြစ်၏။

ဤသက်တိကနှစ်ပါးရှိသော သူသည် ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်ပါသည်။

သို့မဟုတ်ပါက အားထုတ်အပ်သော အာနာပါနသမထ ဂဏနအားကြောင့် ထင်မြင်သော နိမိတ်ကို ယူဆောင်နိုင်လျှင် အားထုတ်နေသော နေ့ရက် နည်းသည်ဖြစ်စေ များသည်ဖြစ်စေ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်ပါသည်၊

သို့မဟုတ်ပါက သဒ္ဓါတရားကောင်းနှင့် အချိန်ကာလကို အလကားမထားဘဲ အကြားမလပ် တလစပ်ဖြင့် ဆက်ကာဆက်ကာ ရက်ပေါင်းကိုးဆယ်(သုံးလ)လောက် အားထုတ်လိုက်ပါလျှင် အထင်အမြင်များစွာသော နိမိတ်နှင့် အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းမှ အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းသို့တက်နိုင်ပါသည်။

သို့မဟုတ်ပါက ဖြောင့်မှန်သော စေတနာဆန္ဒ ကောင်းလှသော အာဘောဂ ယောနိသော မနသိကာရဖြင့် မလျော်သော အချိန်ကာလကိုထား၍ လျော်သော အချိန်ကာလတိုင်း၌ အချိန်မှန် နေရာမှန် ဝီရိယမှန်ထားလျက် ထွေထွေရာရာမဖက်ဘဲ ဝိက္ခမ္ဘနသဘောဖြင့် ရက်ပေါင်းခြောက်ဆယ် (နှစ်လ) လောက်

ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်လိုက်ပါလျှင် သက်ဝင်အပ်သည်ကို သက်ဝင်လျက် ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်ပါသည်။

သို့မဟုတ်ပါက ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် စေတနာထက်သန်၍ ယုံကြည်ချက်များစွာနှင့် ဆရာထံ၌ ဆည်းကပ်ပြီး ဥဂ္ဂဟပရိပုစ္ဆာ ဝိနိစ္ဆယ သဝန ဓာရဏာတို့ကိုပြုလျက် သဗ္ဗတ္ထကမ္မဋ္ဌာန်းမှ တက်၍ ပါရိဟာရိယ အာနာပါနသမထ ဘာဝနာကို နှစ်နှစ်သက်သက် ယုံကြည်ချက်နှင့် တလခွဲလောက် အားထုတ်လိုက်ပါလျှင် နိမိတ်ဆင်၍ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်လောက်ပါသည်။

သို့မဟုတ်သေးပါက ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သဗ္ဗတ္ထကကမ္မဋ္ဌာန်းမှတက်၍ ထက်လှသောဆန္ဒ၊ ဖြူစင်သော သဘောရင်းနှင့် ယုံကြည်ချက် မချွတ်မယွင်း နှလုံးသွင်း ကောင်းကောင်းထားလျက် စုံစုံမက်မက် အမိဋ္ဌာန်ချက်ကို မပျက်စေဘဲ အားထုတ်၍ မှန်ကန်သော သန္နိဋ္ဌာနဝါရ တနေ့တနေ့လျှင် ခုနစ်ရာ (၇၀၀) ခုနစ်ရာကျော်ကျော် (၇၀၀) တဆယ့်ငါးရက် (၁၅) ရက်လောက် ဆက်ကာ ဆက်ကာရပေလျှင်၊ သို့မဟုတ် သဗ္ဗတ္ထကအားရှိသောကြောင့် အားရှိသောသူသည် ဆယ်ရက်(၁၀)ရက်ဆက်ကာ ခုနစ်ရာ(၇၀၀)ရပေလျှင် အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းမှ အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းသို့ တက်နိုင်လောက်ပေသည်။

သန္နိဋ္ဌာနဝါရယူပုံ– ဥပမာ ပြဦးမည်၊ ဒုန်းပြေးသမားသုံးရောက်ရှိရာ–

၁။ ပဌမတယောက်သည် အပြစ်ဆယ်ချက်နှင့် နာရီဝက်ဖြင့် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်သည်။

၂။ ဒုတိယတယောက်သည် အပြစ်ငါးချက်နှင့် တနာရီမတ်တင်းဖြင့် ပန်းတိုင်သို့ ရောက်သည်။

၃။ တတိယတယောက်သည် အပြစ်နှစ်ချက်နှင့် တနာရီတိတိဖြင့် ပန်းတိုင်သို့ရောက်သည်။

ဤသုံးယောက်တို့တွင် အဘယ်သူကို ပန်းဆွတ်သူဟု အနိုင်ပေးမည်နည်း။ သန္နိဋ္ဌာနဝါရေ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော–သဘောဖြူဖြောင့် သန္နိဋ္ဌာနဝါရ၌ အသိရောက်စေသတည်း။

ဤသည်ကား အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းမှ ဒုတိယနည်းသို့ တက်ရန်ပြခြင်းပေတည်း။

× ×

အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းအားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်း

ထိုထိုစဉ်က ပြခဲ့သော "သော သတောဝ အဿသတိ၊ သတောပဿသတိ" အစရှိသော ပါဠိဟာရိယ ကမ္မဋ္ဌာန်း အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းကို ပြခဲ့သည့်အတိုင်း လျော်ကန်လျောက်ပတ်၍ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကိုတက်၍ အားထုတ်နိုင်ပေပြီ၊ အားထုတ်အပ်သော ဒုတိယနည်း အားထုတ်ရန် အကြောင်း စသည်ကို ပြဦးအံ့။

အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းသည် ဒီဃဗန္ဓန၊ ရဿဗန္ဓန ဟူ၍ နှစ်မျိုး နှစ်စား နှစ်ပါးရှိသည်၊ ပြအပ်သော ပါဠိတော် ကား—

ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော ဒီဃံ အဿသာမီတိ ပဇာနာတိ။ ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော ဒီဃံ ပဿသာမီတိ ပဇာနာတိ။

ရဿံ ဝါ အဿသန္တော ရဿံ အဿသာမီတိ ပဇာနာတိ။ ရဿံ ဝါ ပဿသန္တော ရဿံ ပဿသာမီတိ ပဇာနာတိ။

ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာမူလည်း။ အဿသန္တော၊ ထွက်သက်ရှူလတ်သော်။ ဒီဃံ၊ ရှည်စွာ။ အဿသာမီတိ၊ ထွက်သက်ရှူ၏ ဟူ၍။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။ ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာမူလည်း။ ပဿသန္တော၊ ဝင်သက်ရှိုက်လတ်သော်။ ဒီဃံ၊ ရှည်စွာ။ ပဿသာမီတိ၊ ဝင်သက်ရှိုက်၏ ဟူ၍။ ပနာဇာတိ၊ သိ၏။

ရဿံဝါ၊ တိုစွာမူလည်း။ အဿသန္တော၊ ထွက်သက်ရှူလတ်သော်။ ရဿံ၊ တိုစွာ။ အဿသာမီတိ၊ ထွက်သက်ရှူ၏ ဟူ၍။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။ ရဿံဝါ၊ တိုစွာမူလည်း။ ပဿသန္တော၊ ဝင်သက်ရှိုက်လတ်သော်။ ရဿံ၊ တိုစွာ။ ပဿသာမီတိ၊ ဝင်သက်ရှိုက်၏ ဟူ၍၊ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဤသို့ အာနာပါနသမထ ပထမနည်းမှတက်၍ ဒုတိယနည်း အားထုတ်လိုသော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒီဃဗန္ဓန် ရဿဗန္ဓန နှစ်မျိုး နှစ်စား နှစ်ပါးသောနည်းကို သိအပ်၏။

ဤဒီဃဗန္ဓန ရဿဗန္ဓန နှစ်မျိုး နှစ်စား နှစ်ပါးတို့တွင် အချို့အချို့သောသူတို့သည် မြွေ၊ ဆင်၊ ကျွဲ၊ နွားတို့ကဲ့သို့ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို ရှည်ရှည်ရှူ၍ ရှည်ရှည်ရှိုက်လေ့ရှိကြ၏၊ အချို့သော အချို့သောသူတို့သည် ခွေး၊ ယုန် တို့ကဲ့သို့ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို တိုတိုရှူ၍ တိုတိုရှိုက်လေ့ရှိကြ၏၊ ဤသို့ ထွက်သက် ဝင်သက် အရှည်အတို နှစ်မျိုး နှစ်စား နှစ်ပါး ရှိသည်ကို သိအပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၌—

မနုဿေသု ပန ကေစိ ဟတ္ထိအဟိအာဒယော
ဝိယ ကာလဒ္ဓါနဝသေန ဒီဃံ အဿသန္တိစ၊ပဿသန္တိစ၊
ကေစိ သုနခသသာဒယော ဝိယ ရဿံ။

မနုဿေသုပန၊ သမာနပမာဏ ရှိကုန်သောလူတို့၌ကား။ ကေစိ။ အချို့ကုန်သော သူတို့သည်။ ဟတ္ထိ အဟိအာဒယောဝိယ၊ ဆင် မြွေ စသည်တို့ကဲ့သို့။ ကာလဒ္ဓါနဝသေန၊ ကာလအစွန့်၏အ စွမ်းဖြင့်၊ ဒီဃံ၊ ရှည်ရှည်။ အဿသန္တိစ၊ ထွက်သက်ကိုလည်း ဖြစ်စေကုန်၏။ ပဿသန္တိစ၊ ဝင်သက်ကိုလည်း ဖြစ်စေကုန်၏။ ကေစိ၊ အချို့ကုန်သော သူတို့သည်။ သုနခသသာဒယောဝိယ၊ ခွေး-ယုန် စသည်တို့ကဲ့သို့။ ကာလဒ္ဓါနဝသေန၊ ကာလအစွန့်၏အစွမ်းဖြင့်။ ရဿံ၊ တိုတို။ အဿသန္တိစ၊ ထွက်သက်ကိုလည်း ဖြစ်စေကုန်၏။ ပဿသန္တိစ၊ ဝင်သက်ကိုလည်း ဖြစ်စေကုန်၏။

ဤသို့ အသက်ကို ရှည်ရှည်ရှူရှိုက်သော ဒီဃပဇာနန သတ္တဝါ၊ တိုတိုရှူရှိုက်သော ရဿပဇာနနသတ္တဝါ နှစ်မျိုး နှစ်နည်း တို့ကိုလည်း သိအပ်ကုန်၏။

ယခုအခါ သမယ– ယခုကာလ၌ ဒုတိယနည်းပြလတ္တံ့ သည့်တို့ကား– ထို ဒီဃပဇာနန၊ ရဿပဇာနန နှစ်မျိုး နှစ်စား နှစ်ပါး တို့တွင် ရှည်ရှည်ရှူရှိုက်ကြသော "ဒီဃပဇာနန" အလွန်များကြ သဖြင့် အာစရိယပရံပရ အဆက်ဆက်မှရအပ်သော ရှည်ရှည်ဖွဲ့၍ ရှူရှိုက်ကြသော "ဒီဃပဇာနန"ကို ပဓာနထားလျက်ပြသော အချက်ကို ရှေးဦးစွာ နှလုံး၌သိုမှီး၍ သိမ်းဆည်းထားရမည်။

အာနာပါနသမထ ပဌမနည်းမှ တက်၍ ဤဒုတိယနည်း ဒီဃပဇာနန အာနာပါနသမထ-ကို အားထုတ်လိုသော ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်အား ဆရာဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်က အဒ္ဓါနသင်္ခါတ ဆန္ဒဝသာကာရ ပါမောဇ္ဇဝသာကာရ–ယူ၍ အာကာရကြီး သုံးပါးတို့ကို မှတ်၍ တပါးပါး၌–

(၁) အဿာသသာကာရ၊ (၂) ပဿာသသာကာရ၊ (၃) အဿာသပဿာသသာကာရတို့ဖြင့် သုခုမ သုခုမတရ သုခုမ တမသို့ရောက်အောင် သွင်းရမည်၊ ထို့ကြောင့်–

> တတြာယံ ဘိက္ခု နဝဟာကာရေဟိ ဒီဃံ အဿသန္တော ပဿသန္တော စ ဒီဃံ အဿာသာမီတိ ပဿာသာမီတိ ပဇာနာတိ။

တတြ၊ ထိုပါဠိတော်၌။ နဝဟာကာရေဟိ၊ ကိုးပါးသော အခြင်းအရာအာကာရတို့ဖြင့်။ အဿာသဝသေန၊ ထွက်သက်ရှူလည်လည်း ဖြစ်သော။ ပဿာသဝသေန၊ ဝင်သက်ရှိုက်သည်လည်းဖြစ်သော။ အယံဘိက္ခု၊ ဤရဟန်းသည်။ ဒီဃံ ၊ ရှည်စွာ။ အဿသာမိ၊ ရှည်ရှည်ဟူသော ထွက်သက်ကို ဖြစ်စေ၏။ ပဿသာမိ၊ ရှည်ရှည်ဟူသော ဝင်သက်ကို ဖြစ်စေ၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဤ အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကို အာစရိယ ပရံပရ—ဆရာအဆက်ဆက်တို့မှ မရလျှင် အဘယ်သို့ အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းကို သိရပါအံ့နည်း၊ မသိရဘဲ ဖြစ်ရတော့မည်၊ ထို့ကြောင့် ကျမ်းဂန်များ၌ မှီအပ်သော ဆရာတို့ကို ညွှန်ပြတော်မူသည်၊ ကျွန်ုပ်တို့သည်လည်း ထိပ်ခေါင်ဘင် ဆရာမြတ်တို့ ညွှန်းအပ်သော အာစရိယ ပရံပရ—ဆရာမြတ် အဆက်ဆက်တို့ထံမှ ရအပ်သော ဟတ္ထမုဋ္ဌိ "အာနာပါနသမထ ဒီဃပဗ္ဗနနည်း" စသည်တို့ အားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းတို့ကို သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့ လွယ်ကူစွာ အားထုတ်နိုင်ရန် အမျိုးမျိုးဆောင်၍ ပြပေအံ့။

အားထုတ်အံ့သော သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့သည် အားထုတ်စက ကောင်းစွာထိုင်သကဲ့သို့ ထိုင်သလို ယခုအခါ၌လည်း မတုန်မလှုပ် မယိမ်းမယိုင် ကောင်းစွာထိုင်၍ မိမိရှေ့တူရူတည့်တည့် အဝေးအကွာ နှစ်တောင့်ထွာ သုံးတောင်ခန့် အရပ် အမြင့်တထွာ-တထွာခွဲခန့်အရပ်၌ သင်္ကေတအမှတ်အသား

ကို စိတ်ထဲက ထား၍ ငင်းသင်္ကေတမှတ်သားထားသောနေရာသို့ ရောက်အောင် နှာဝမှလွှတ်လိုက်သော ထွက်သက်လေကို "ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟု သုံးချက်ဆင့်ကာရှူ၍ လွှတ်လိုက်ရမည်၊ လွှတ်လိုက်၍ ရောက်သွားသော သင်္ကေတ မှတ်တိုင်မှ နှာဝသို့ ပြန်ဝင်လာအောင် "ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟု သုံးချက်ဆင့်ကာ ရှိုက်၍ ယူရမည်။

ထို့အတူ လွှတ်လိုက်သော လေကြောင်းသင်္ကေတ မှတ်တိုင်သို့ ဖြောင့်တန်းသွားအောင် သင်္ကေတမှတ်တိုင်မှ နှာဝသို့ ဖြောင့်တန်း၍ ဝင်လာအောင် ဤလိုအထွက် အဝင် အစဉ်မပြတ် "ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟူသော သုံးချက်ကို စိတ်ထဲက လိုက်လျက် နေ့ရက်များစွာ နှလုံးသွင်း၍ လိပ်ခေါင်း ခြေလက် အပြင်မထွက်သကဲ့သို့ စိတ်အပြင်သို့မရောက်ဘဲ အားထုတ်နေရပါသည်။

"ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟု ဖြောင့်တန်းသွားအောင် စိတ်ထဲက လွှတ်လိုက်သော ဒီဃဗန္ဓနနည်းသည် "တစ်-နှစ်-သုံး-လေး-ငါး"ဟူသော အခွန့်ကာလရှည်သလောက်ကို "ရှည်-ရှည်-ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟု လေးချက် ငါးချက်လည်း လိုက်နိုင်ပါသည်၊ လေးငါးချက်ထက်ပိုလွန်သော် ပင်ပန်း၍ ကာယသုခ စိတ္တသုခ မဖြစ်တတ်ပါ။ ကာယသုခ စိတ္တသုခဖြစ်မှစိတ်သည် တည်ကြည်ငြိမ်သက်နိုင်ပါ၏၊ ထို့ကြောင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးချမ်းသာစွာ မိမိလေအားရှိသလောက် သုံးလေးချက်မှတ်၍ မလွတ်အောင် လိုက်နိုင်ပါ၏၊ "ရှည်-ရှည်-ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန-သုံးချက်သည် အများနှင့်မဆန့်ကျင်သော ကာယသုခ - ကိုယ်ချမ်းသာ၊

စိတ္တသုခ-စိတ်ချမ်းသာ နှစ်ဖြာသော သုခအကျိုးငှာ အာစရိယ ပရံပရ-ဆရာ အဆက်ဆက်ဖြင့် ရအပ်သော "ရှည်-ရှည်-ရှည်" ဟူသော သုံးချက်ကို ပဓာနထား၍ ဤ "အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း" ကို ပြအပ်ပါသည်။

ဤကား အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကို အားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်းပေတည်း။

အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း အားထုတ်ပုံ အချုပ်ပြခြင်း

အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကိုအရှည်ဖွဲ့၍ အားထုတ်အံ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပဌမနည်းကဲ့သို့ ကောင်းစွာထိုင်၍ မိမိရှေ့တူရူတည့်တည့် နှစ်တောင့်ထွာ သုံးတောင်ခန့်၊ အမြင့် တထွာ တထွာခွဲခန့်၌ သင်္ကေတမှတ်တိုင်ထား၍ ထားအပ်သော သင်္ကေတမှတ်တိုင်သို့ ဖြောင့်ဖြောင့်တန်းတန်း ရောက်အောင် ငါ၏ ထွက်သက်ကို ရှူအံ့၊ သင်္ကေတမှတ်တိုင်မှ နှာဝသို့ ဖြောင့် ဖြောင့် တန်းတန်း ပြန်၍ ဝင်လာအောင် ငါ၏ ဝင်သက်ကို ကောင်းစွာရှိုက်အံ့ဟု စိတ်ထဲက နှလုံးသွင်းလျက် အရှည်ဖွဲ့သော ထွက်သက် ဝင်သက်ကိုသာ အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက်-ရှည်....ရှည်....ရှည်။
ဝင်သက် အခိုက်-ရှည်....ရှည်....ရှည်။

ဟု အာရုံနှင့် အာရမ္မဏိက မလွတ်အောင် အရှည်ဖွဲ့၍ အစဉ် မပြတ်စေပဲ စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်နေ ရသည်။

ဤအာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း အနုဗန္ဓန ဖြင့် အရှည်ဖွဲ့၍ အားထုတ်နေစဉ် အာရုံသိမ်းပုံ နှလုံးသွင်းခဲ့ပုံ စသည်တို့ကို ပထမနည်း၌ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အာဝဇ္ဇန စသည် တို့ကိုပြန်၍ကြည့်အပ် သိအပ်ပါ၏။

အာရုံတွေ့ကြုံသောအခါ တွေ့ကြုံကာမျှထားလျက် မိမိ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကိုသာ ပဓာနထား၍ သတိ မလွတ်အောင် ၊ ဝါ၊ အာရုံနှင့် အာရမ္မဏိက မလွတ်အောင် အားထုတ်နေရပါသည်။ ဝါ၊ ကိလေသာ၊ နီဝရဏတို့ကို၊ဝိက္ခမ္ဘန ပဟာန် ပယ်နေရပါသည်။ အာနာပါန သတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်သဖြင့် ထွက်သက်ဝင်သက်နှင့် စပ်သည်တို့ကို သတိမလွတ်ရန် အထူး သတိမူအပ်၏။

ဤကား အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း အားထုတ်ပုံအချုပ်ပြခြင်းတည်း။

\+ \+ \+

ဒုတိယနည်းအားထုတ်နေစဉ် အတွေ့အမြင်တို့ကို ပြုပြင်ပေးရန်ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်းကို အရှည်ဖွဲ့၍အားထုတ်နေစဉ် တွေ့တတ်၊မြင်တတ်၊ ဖြစ်တတ်သည်တို့ကို တွေ့သော်၊ မြင်သော်၊ ဖြစ်သော် ပြုပြင်

ပေးရန်ပြဉီးအံ့။ ယောဂီသည် ယူထားအပ်သော အာနာပါန သမထဒီဃဗန္ဒန အာရုံမှတပါး အခြားသော အာရုံတို့ကိုစိတ် မရောက်ရာ၊ စိတ်မကူးရာ၊ မကြံစည်ရာ၊ မတွေးတောရာ၊ ဂရု မထားရာ၊ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို အရှည်ဖွဲ့၍အားထုတ်နေသော ဒီဃဗန္ဒနအာရုံကိုသာ ဂရုတစိုက်သတိမလွှတ်အောင် နှလုံး သွင်းအားထုတ်နေရပါသည်။

ယောဂီသည် ထိုင်၍အားထုတ်နေစဉ် မျက်နှာမော့နေ သည်၊ ငုံ့နေသည်၊ စောင်းနေသည်၊ နှာဝမှ လွှတ်လိုက်သော ထွက်သက်လေခိုးသည် သင်္ကေတမှတ်တိုင်နှင့် တည့်သည်၊မတည့် သည်၊ ရောက်သည်၊ မရောက်သည်၊ လွန်သည်၊ မလွန်သည်၊ စသည်ဖြင့် စိတ်ထဲကသင်တဘ်ပါသည်၊စိတ်ထဲကသင်သည်တို့ကို စိတ်ထဲတပင်ပြင်ပေးပါ။ ပြင်သလိုပင်ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ရှည်ရှည် ထား၍ပြင်သာပေးပါ—ရပါ၏။

မိမိနှလုံးသွင်းနေသော "ရှည်—ရှည်—ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဒနထွက်သက်သည်မှတ်ထားအပ်သောမှတ်တိုင်သို့မရောက်ပဲ လိုနေသည်ဟု ထင်လျှင်စိတ်ထဲတပင် "ရှည်—ရှည်—ရှည်"ဟုသုံး ချက်ဖြင့်ပင်ရောက်အောင်ပို့ပါ။ အကယ်၍များ ပိုလွန်သွားပြန် လျှင်ပြန်၍"ရှည်—ရှည်—ရှည်"ဟု သုံးချက်ဖြင့်ပင်ရောက်အောင် ပို့ပါ။

မှတ်သားထားသော သင်္ကေတနေရာမှ နှာဝသို့ရောက် အောင်ပြန်၍ ယူဆောင်သော ဝင်သက်လေသည် နှာဝသို့မဝင် ဘူးထင်လျှင် ဖြေးဖြေးနှေးနှေးစိတ်ထဲကဝင်အောင် ပြင်ပေးပါ၊ ဝင်ပါသည်။ ဗိုင်းငင်သောဥပမာလို ဝါဂွမ်းလုံးမှ ဆွဲယူလိုက်

သောဝါဂွမ်းသည် အဖြူတန်းကလေးအစဉ်မပြတ် ပါလာသလို ပါလာပါ၏။

ထို့အတူ နှာဝမှမှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင်မှနှာဝ၊ နှာဝမှမှတ်တိုင်၊မှတ်တိုင်မှနှာဝ၊ အသွားအပြန်သည် ဝါဂွမ်းကြိုးကလေးတန်းနေသလိုတန်းနေ၍၊ အစဉ်အတိုင်းတန်း၍ ဖွဲ့နေအောင် နှာဝမှ ထွက်သောလေကို "ရှည်–ရှည်–ရှည်"ဟု မှတ်တိုင်သို့ရောက်အောင်၊ မှတ်တိုင်သို့ရောက်သည်နှင့်တပြိုင်နက် နှာဝသို့ဝင်လာအောင်"ရှည်–ရှည်–ရှည်"ဟု ဒီဃပဇာနနှ၊ အနုပဗန္ဓနအတိုင်း စိတ်ထဲက မနသာဖြင့် အားထုတ်နေရပါသည်။

ထုတ်လိုက်သော ထွက်သက်လေ ဝင်သက်လေ တန်ခိုးတန်းသည်ဖြောင့်ဖြောင့်မသွားပဲ အထက်သို့ရင်း၊အောက်သို့ရင်း၊ ဝဲယာသို့ရင်း သွားတတ်ပါသည်။ ပြင်၍အားထုတ်ပါ၊ ဗဟိဒ္ဓဖြစ်၍ အလေ့အလာရင့်သန်လာသောအခါ အတော်ဝေးဝေးကိုပင်ရောက်သွားတတ်ပါ၏။ လိုသလိုပြင်ပေးပါ၊ ကွန့်မြူးချိန်ရောက်လာကွန့်မြူး၍ ကစားနိုင်ပါသည်။

"အဇ္ဈတ္တ ဝါ ဗဟိဒ္ဓ ဝါ"ဆိုသည်နှင့်အညီ ဤအာနာပါနသမထ ဒီဃပဇာနန ဒုတိယနည်းသည် နှာဝသို့ ဝင်လာသော ဝင်သက်အဇ္ဈတ္တသို့ ဝင်သွားသော်လည်း လိုက်၍နှလုံးမသွင်းပဲ ဗဟိဒ္ဓဖြစ်သော နှာဝမှ မှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင်မှနှာဝသို့ အနုပဗန္ဓန အစဉ်ဖွဲ့နေသော "ရှည်–ရှည်–ရှည်"ဟူသော ဒီဃပဇာနနပရိကံကိုသာ နှလုံးသွင်း၍အားထုတ်နေပါသေး၏။

ဤအာနာပါနသမထ ဒီဃပဇာနန ဒုတိယနည်းသည် လွယ်သည်လည်းမဟုတ်၊ ခက်သည်လည်းမဟုတ်ဟု ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဘယ်အရာမျိုးမဆို သဘောမပေါက်၍ မသက်ဝင်သေးဖြ ခက်ခဲပါသည်။

သဘောပေါက်၍ သက်ဝင်လာပါလျှင် ခက်သည်ဟူ၍ မပြောရတော့ပါ။ လေ့လာအပ်သောပရိကံ အားကောင်းလာလျှင် ရေပြင်ပေါ်ကျော့်လွှားသွားသော ငါးစင်းလုံးကဲ့သို့ရင်း၊ မိခင်ဖခင်တို့က ရန်မတွေ့ပဲ ကျက်စားတတ်အောင် ပြုပြင်၍ သင်ကြားပေးလိုက်သော နဂါးကလေးကဲ့သို့ရင်း။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း အပြုအပြင် ပရိကံ အားကောင်းလာပါလျှင် ရန်မတွေ့မကြုံပဲ ဖြောင့်မတ်၍ ချမ်းသာစွာ အားထုတ်လာရပါတော့သည်။ ကြိုးစား၍ပရိကံပြုပါ။

ဤစားဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း အားထုတ်နေစဉ်အတွေ့အမြင် ပြုပြင်ပေးပြခြင်းပေတည်း။

\+ \+ \+

အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်း၌ ရှင်စေလျက် ထင်စပြုတတ်သောနိမိတ်များကိုပြခြင်း

အာနပါနသမထ ဒုတိယနည်းကိုအားထုတ်၍ နေ့ရက်ကြာလာသောအခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် နိမိတ်ထင်သည်ဖြစ်စေ၊မထင်သည်ဖြစ်စေ စိတ်နှင့်နိမိတ်တို့ကို ရှင်ပေးရ၏။ ပရိကံအားရှိပါစေ။ စိတ်နိမိတ်တို့ကိုရှင်စေ၍ ငါသည်နေ့ညဥ့်အချိန်ရှိသမျှကာလပတ်လုံး သူတော်မွန်တို့၏ ထုံးဖြစ်သော အာနာပါန သမထတရားကိုပင် ကောင်းသောဆန္ဒဖြင့်ယှဉ်၍ အားထုတ်ခဲ့ရပေပြီ။

ယခုလည်းတိုး၍တိုး၍ အားထုတ်နေရတော့အံ့ဟု စိတ်ကိုထက်သန်စွာ ရှင်စေလျက် မှတ်သားထားအပ်သော သင်္ကေတမှတ်တိုင်၊ သင်္ကေတမှတ်တိုင်မှနှာဝ၊ နှာဝမှသင်္ကေတမှတ်တိုင်သို့ "ရှည်–ရှည်–ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနဖြင့်အရှည်ဖွဲ့၍ ထွက်ဝင်နေသော ထွက်သက်ဝင်သက်ကို သတိမလွတ်အောင် ကြည့်ရှုနှလုံးသွင်းပြီး ဒီဃဗန္ဓန အနုဗန္ဓနအစဉ်အတိုင်း အသွားအပြန်ဝင်ထွက်နေအောင်ထွက်သက်ဝင်သက်ကို အာရုံပြု၍....

ထွက်သက်အခိုက် ရှည်–ရှည်–ရှည်။

ဝင်သက်အခိုက် ရှည်–ရှည်–ရှည်။

ဟု စိတ်ကိုရှင်စေလျက်အားထုတ်နေရပါ၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် စိတ်ကိုရှင်လန်းစွာထား၍ အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကို အားထုတ်နေစဉ် ပရိကံဘာဝနာ အဟုန် အားကောင်းလာသောအခါ၌ ထင်စမြင်စပြုလာတတ်သောနိမိတ်များမှာကား "ရှည်–ရှည်–ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနဖွဲ့သော လမ်းခရီးအတိုင်း....

နှာဝမှ မှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင်မှ နှာဝသို့ အခိုးတန်းကလေး၊ ကြိုးတန်းကလေး၊ ရွှေကြိုးတန်းကလေး၊ ငွေကြိုးတန်းကလေး၊ နေရောင်ခြည်တန်းကလေး၊ ပုလဲကြိုးတန်းကလေးများ တန်းနေသကဲ့သို့၊ နှာဝမှ ဂွမ်းဖတ် ဂွမ်းလုံး ပုလဲလုံး ရွှဲလုံးကလေးများကဲ့သို့ လည်းကောင်း စ၍ ထင်လာတတ်သည်၊ ဆေးလိပ်သောက်၍ နှာခေါင်းပေါက်မှ ထုတ်လိုက်သော မီးခိုး

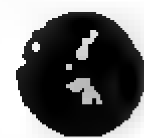
အသွင် ရေပြွန် ရေပိုက်မှ ပေါက်၍ ထွက်သော ရေပန်းနှင့် မီးပန်းအသွင် သောက်ရှူးကြယ်နှင့် လဝန်း နေဝန်း အသွင်-စသော နိမိတ်များလည်း စ၍ ထင်မြင်လာတတ်ပါသည်။ ဤတွင်မက အမျိုးမျိုးသော နိမိတ်များ ထင်စ မြင်စ ပြုလာပါသည်။

အမျိုးမျိုးသော နိမိတ် ထင်စ မြင်စ ပြုလာသော်လည်း ထင်မြင်သောနိမိတ်တို့ကို ဥပေက္ခာထားသေး၍ ပဓာနယူထားအပ်သော ဒီဃဗန္ဓန ထွက်သက် ဝင်သက်ကို အာရုံပြုလျက် ထွက်သက်အခိုက် "ရှည်-ရှည်-ရှည်"၊ ဝင်သက်အခိုက် "ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကိုသာလျှင် နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေရပါသေး၏။

ဤသို့ အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း အားထုတ်နေခြင်းသည် ထင်စ မြင်စ ပြုအပ်သော နိမိတ်ပြုလာခြင်းသာမက ကိလေသာနီဝရဏရန်တို့ကို တွန်းလှန်၍ ပယ်ခွာသောဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ပယ်နေရခြင်းကိုသာ ဝမ်းမြောက်လျက် ထက်သန်သော စေတနာဖြင့် သုံးလ၊ နှစ်လခွဲ၊ နှစ်လလောက်၊ သို့မဟုတ် အကြောင်းအားလျော်စွာ နေ့ရက်များစွာ မပြတ်မသပ် အားထုတ်အပ်၏။ သုံးလလောက် အားထုတ်ပါလျှင် နိမိတ်မျိုးစုံပေါ်၍ နိမိတ်ကောင်းကောင်း ကစားနိုင် ပါ၏၊ အားထုတ်မှုရှိပါမှ ဖြစ်သည်။ အားထုတ်မှု ရှိသယောင်ယောင်တော့ မဖြစ်နိုင်၊ ကြိုးစားက ဘုရားဖြစ် သတိမလစ်စေရာ။

ဤအခါ ဤဒုတိယနည်း အားထုတ်နေစဉ် စိတ်ထား ရှင်ရှင်ထားစေခြင်းနှင့် ထင်စ မြင်စ ပြုလာတတ်သော နိမိတ်များကို ပြခြင်းသာဖြစ်သည်ကို မှတ်အပ်၏။

ဤကား အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်း၌ ရှင်စေ လျက် ထင်စပြုတတ်သော နိမိတ်များကို ပြခြင်းပေတည်း။



ဒုတိယနည်း အနည်းငယ်ခဲ့၍ နှလုံးသွင်းပြီး
ကွန့်မြူးရန် ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓနဒုတိယ နည်းကို အားထုတ်ရာ အတော်ကျွမ်းကျင်၍ လမ်းစဉ်အတိုင်း ဖြောင့်မှန်ပြီး ထက်သန်သော စိတ်ဖြင့် တိုးတက်၍ အားထုတ် လိုသောဆန္ဒ အဘယ်မှာလျှင် မပေါ်ပဲရှိအံ့နည်း၊ တရားက ဆောင်၍ ကောင်းလှသောဆန္ဒ ဖြစ်ပေါ်ရတော့မည် ဖြစ်ပါ၏၊ ထင်မြင်သောနိမိတ်ကတော့ ကိုယ်ဖိရင်ဖိ လက်ထပ်မဟုတ်သဖြင့် စာဖြင့်ပြောရ၍ အသိခက်လိမ့်မည်။

သို့ပေမင့် ကောင်းလှသောဆန္ဒနှင့် ကုသိုလ်သက်တိက သမ္မာဝါယာမ အားကြောင့် အာရမ္မဏိက သက်တိက နိမိတ် အာရုံပေါ်တတ်စမြဲဖြစ်၍၊ ပေါ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အနေဖြင့်

အားထုတ်အပ်သော အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း၌ ရအပ်သော နိမိတ်၊ ပေါ်အပ်သော နိမိတ် ချဲ့၍ ချဲ့၍ တိုး၍ တိုး၍ ကစားပုံ ကွန့်မြူးပုံ၊ ကစားရန် ကွန့်မြူးရန်တို့ကို အနည်း ငယ် ပြဦးအံ့။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေ့ကလိုပင် မယိမ်းမယိုင် ကောင်း စွာ ထိုင်လျက် ရှေ့တူရူတည့်တည့် နှစ်တောင့်ထွာ သုံးတောင် ခန့်လောက်နှင့် အမြင့် တထွာ တထွာခွဲခန့်ကို စိတ်ထဲက သင်္ကေတမှတ်သားထား၍ "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ဒီဃ ဗန္ဓန အာနာပါန ထွက်သက် ဝင်သက်ကို လွှတ်၍ အားထုတ်နေ ရာမှ ပရိကံအချိန်ကောင်းလာသောအခါ သတိပြုလျက်–

သင်္ကေတ မှတ်တိုင်ကို ငါးတောင်လောက် တိုးချဲ့၍ စိတ်ရှည်ရှည် ငါးမိနစ်ခန့်လောက် ထွက်သက် ဝင်သက် လေကို "ရှည်-ရှည်-ရှည်" ဟူသော နှလုံးသွင်းဖြင့် လွှတ်ကြည့်ပါ၊ ["မေမ္မတိတိ မမ္မော"သိအပ်၏။]

ငါးမိနစ်လောက် ကြာသောအခါ ရှေးတ မှတ်သား ထားသော နှစ်တောင့်ထွာ သုံးတောင်ခန့် နေရာသို့ ပြန်၍ အားထုတ်နေပါ၊ နောက် ဆယ်မိနစ်လောက် ကြာပြန်သော အခါ ငါးတောင်လောက်နေရာသို့ တိုး၍ ငါးမိနစ်လောက် လွှတ်၍ ယူဆောင်ကြည့်ပါ။

ပထမ မှတ်သားထားသော နှစ်တောင့်ထွာလောက်နေရာ အမှတ်ကို ဘယ်အခါမှ မလွှတ်မစွန့်ပဲ ပြန်၍ ပြန်၍ နေပြီး ဤနေရာမှထွက်၍ ငါးတောင်ခန့် ဆယ်တောင်ခန့် တဆယ့်ငါး တောင်ခန့် အတောင်နှစ်ဆယ်ခန့် သုံးဆယ်ခန့် လေးဆယ်ခန့်

ငါးဆယ်ခန့် တရာခန့် နှစ်ရာခန့် တမိုင်ခန့် နှစ်မိုင်ခန့် ဆယ်မိုင်ခန့်လောက်အထိ တိုး၍ တိုး၍....

ဤ"ရှည်—ရှည်—ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကို ချဲ့၍ ချဲ့၍ ကျွန်ုပ်ကြိုးလျက် အားထုတ်ကြည့်ပါ၊ နိမိတ်ရလျှင် နိမိတ်ကိုပါဆောင်သည် မည်၏၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည်လည်း အတော်တည်ငြိမ်၍ နူးညံ့သိမ်မွေ့လာ၏။

နိမိတ်တို့ကိုကား အဘယ်လို နိမိတ်မျိုးဟု မသိသဖြင့် တိုက်ရိုက်ပြုပြင်၍ မပေးတတ်ဖြစ်ပေ၏။ အခိုးနိမိတ်များဖြစ်၍ မီးခိုးနက်ရောင် မှောင်၍နေလျှင် စိတ်ကိုကြည်လင်ပေးပါ၊ စိတ်ကြည်လင်ပေးပါက နိမိတ်သည်ပင် ကြည်လင်လာတတ်ပါ၏။

၎င်းနိမိတ်ကို တမျိုးတစား ပြန်လိုသော် မှတ်တိုင်သို့ မရောက်မီ လက်ဝဲလက်ယာ ယိမ်းယိုင်ကြည့်ပါ၊ယိမ်းယိုင်ကြည့်၍ ရသော် အထက်သို့ထောင်အောက်သို့စိုက်ကြည့်ပါ၊ရသော် ဆယ်မျက်နှာကို နိမိတ်ဖြင့် ထိုး၍ ထိုး၍ ကြည့်ပါ၊ လိုသလိုရသော် နိမိတ်ကိုကြည်လင်စေ၍ သဘော်ဆလိုက် မီးရောင်ကြီးများကဲ့သို့ တူရူတည့်တည့် ဖြောင့်တန်းသွားအောင် ထိုးကြည့်ပါ။

ရသော် မိမိလိုသလောက် ရောက်အောင် ထိုးကြည့်ပါ၊ ရသော် မိမိလိုသော အာရုံရှိရာသို့ မှန်းဆ၍ ထိုးကြည့်ပါ၊ ရသော် အဝေးအကွာ ဆယ်မိုင် မိုင်နှစ်ဆယ် တသောင်း နှစ်သောင်း စသည်တို့သို့ရောက်အောင် ထိုးကြည့်ပါ၊ ရသော် စကြာဝဠာ ရှေ့နောက် ဝဲယာ ထက်အောက် ခြောက်ထွေ မွှေချင်သလိုမွှေ၍ ထိုးကြည့်ပါလေ။

အကယ်၍များ လိုသလိုရသော် တင်းတိမ်၍ မနေအပ်၊ ကွန့်မြူးကြည့်ရုံသာ တောင်းပါသည်၊ အလေ့အလာပြုအပ်သော သဘောမျိုးတော့ဖြစ်ပါသည်၊ ဒါက အခိုးနိမိတ်ချောင်းကိုသာ ပြရင်းဖြစ်သည်။ နိမိတ်လုံးများပေါ်လျှင်လည်း ပြောင်းရွှေ့၍ လိုသလိုကစားကြည့်အပ်ပါ၏။

လိုသလိုရသော်လည်း စွဲလမ်းအပ်သော အရာမျိုးမဟုတ်ပါ၊ တရားထူးလည်းမဟုတ်ပါ၊ ဘာဝနာ သမထအားကြောင့်သာ နိမိတ်ပေါ်ခြင်း ထင်ခြင်း မြင်ခြင်း ဖြစ်မေသည်၊ နိမိတ်တို့သည် မျိုးစုံပေါ်၍ မျိုးစုံကစားပုံများကိုပြောရမည် ဆိုလျှင်ပြီးနိုင်ဖွယ်ရာ မရှိ၊ ရအပ်သော ဗဟုသုတနှင့် လက်တွေ့လောက်သာ အနည်းငယ်မျှပြခြင်း ဖြစ်ပါ၏။

အကယ်၍ ခန္ဓာကိုယ်ကာယကြီးသည် အောက်အရပ်နှင့်ကွာ၍ အထက်တောင်းကင်သို့ရောက်နေလျှင် နေနိုင်လျှင်နေပါ၊ မနေနိုင်လျှင် စိတ်ထဲက "ကျ–ကျ–ကျ"ဟု နှလုံးသွင်းပေးလိုက်လျှင် ကျ၍လာတတ်ပါသည်၊ ကျ၍ စိတ်မကောင်းလျှင် မျက်စိဖွင့်ကြည့်ပါက ပျောက်၍ သွားပါ၏၊ အကယ်၍ ဘယ်နိမိတ်မျိုးဖြစ်ဖြစ်ချလိုပါက ဤအတိုင်းဖြစ်ပါသည်၊ သဘောကျ၍ ထားလိုပါလျှင် အားထုတ်အပ်သော "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန အာနာပါနသမထအာရုံကို သတိနှင့် အာရုံဟပ်၍ဟပ်၍ နေအောင်အားထုတ်နေရပါသည်။ (ဤအချက်ကို နှလုံး၌ သိမ်းခဲ့ပါ။)

အကယ်၍ အားထုတ်နေစဉ် ဥယျာဉ် တောတောင် ဘုံဗိမာန် ရေကန် ရေတွင်း ဝင်းသည် မဝင်းသည်ရှိသော

နေဝန်း လဝန်း ထွန်းလင်းတောက်ပြောင်သည့် သောက်ရှူး ကြယ်ရောင်နှင့် မီးပန်း မီးသွယ် ပိုက်လုံးမှ ပေါက်ထွက်သော ရေပန်းသဖွယ် အလွန်တင့်တယ်သော အနီရောင်ကြီး အဆင်း ရှိသော ပတ္တမြားလုံးကြီးအသွင် အစရှိသည်တို့နှင့် နိမိတ်မျိုးစုံ တို့ကိုလည်း တွေ့တတ် ထင်တတ်ပါသည်။ ထားလို ပျောက်လို သော် အထက်ကပြခဲ့သည့်အတိုင်း နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်ပါ။

တခါပေါ်လျှင် နောက်တခါ အဆင်သင့်မှ ပေါ်၏၊ အားထုတ်တိုင်းမပေါ်ပါ၊ ဒါတွေပေါ်အောင်ဟု နှလုံးသွင်း သော တရားလည်းမဟုတ်ပါ။ ကိလေသာ နီဝရဏ စသည်တို့ကို သမထတည်း ဟူသော ဝိက္ခမ္ဘန ပဟာန်ဖြင့်ပယ်နေခြင်းသာဖြစ် ပါ၏၊ နိမိတ်ပေါ်သည် ထင်သည်တို့ကား ကမ္မဋ္ဌာန်း၏ သဘာဝ သတ္တိ၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ သမ္မာဝါယာမ သတုပဋ္ဌာနဖြစ်လှသော ကြောင့် ဝါးခြမ်းနှစ်ခုမှ မမြင်အပ်သော မီးသတ္တိထွက်လာ သကဲ့သို့ နိမိတ်များ ပေါ်ထွက်လာခြင်းဖြစ်သည်၊ ရွှလုံးအသွင် ပေါ်လျှက် ရွှလုံးအသွင်ပေါ်လျှင် ရွှသမားကဲ့သို့ ကစားကြည့် ပါ၊ ပေါ်သောနိမိတ်နှင့်လျော်စွာ ပြုလုပ်ကြည့်ပါ။

ထို့ကြောင့် မီးပွတ်သမားကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ပွတ်ကြိုး သမားကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဗိုင်းငင်သမားကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ လွှဆွဲသမားကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ အသွားသင်စ ကလေးကဲ့သို့ လည်းကောင်း လေ့လာအပ်သော ပရိကံကောင်းစေ၍ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၊ လိပ်သည်ခေါင်း ခြေလက်ဝှက်သကဲ့သို့ ဝှက်၍ ဝှက်၍ အားထုတ်အပ်၏၊ အားထုတ်၍ ပေါ်အပ်သောနိမိတ်တို့ကိုလည်း

ကိုး၍ တိုး၍ ခဲ့၍ ခွဲ၍ ကွန့်မြူးကြည့်အပ်ကြောင်း၊ ဓာစားကြည့်အပ်ကြောင်း ပြခြင်းဖြစ်သည်၊ လေ့လာကြည့်ပါ၊ ပရိစယ ရှိရပါသည်။

ဤကား ဤအာနာပါနသမထ ဒိဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း၌ ခဲ့၍ ခွဲ၍ နှလုံးသွင်းပြီး ကွန့်မြူးရန်ပြခြင်းပေတည်း။

\+ × +

သမာဓိ၏ ကုသလစ္ဆန္ဒ စသည်ကိုပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အားထုတ်မှုကြောင့် သမာဓိ တိုးဘက်၍ တိုး၍ တိုး၍ အားထုတ်လိုသော ကုသလစ္ဆန္ဒဖြစ်ပေါ်ပုံ စသည်တို့ကို ပြဦးအံ့၊ ထိုထိုပြခဲ့သည်တို့နှင့်အညီ ထက်သန်သော စေတနာဖြင့် အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် နူးညံ့စွာ ဖြစ်စေသော ထွက်သက်၏ ရှည် ရှည် ရှူခြင်း၊ နူးညံ့စွာဖြစ်စေသော ဝင်သက်၏ရှည် ရှည် ရှိုက်ခြင်း၊ နူးညံ့စွာ ဖြစ်စေသော ထွက်သက်ဝင်သက်၏ ရှည်ရှည်ရှူခြင်း၊ ရှည်ရှည် ရှိုက်ခြင်းတို့ကို မှတ်အပ်သော အဒ္ဓါနာကာရ သုခုမသွင်းလျက် မှတ်အပ်သော နယ်နိမိတ်ကို မလွန်မူ၍ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဘထိုင်ထက်တထိုင် တချိန်ထက်တချိန် တကာလထက် တကာလ တနေ့ထက် တနေ့ အားထုတ်အပ်သော "အာနာပါနသမထ" ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် တည်ကြည်သော သမာဓိတိုးဘက်၍

သာယာလှသဖြင့် အစိုးရခြင်းရှိ၍ တိုး၍တိုး၍အားထုတ်လိုသော သမာဓိ၏ ကုသလစ္ဆန္ဒဖြစ်၍ တိုး၍ တိုး၍ အားထုတ်သော် ကောင်းလှသော ဆန္ဒဝသာကာရ ရောက်ပေ၏၊ ထို့ကြောင့် မဟာဋီကာ၌—

ဆန္ဒော ဥပ္ပဇ္ဇတီတိ ဘာဝနာယ ပုဗ္ဗေနာပရံ ဝိသေသံ အာဝဟန္တိ၊ ယာ လဒ္ဓဿာဒတ္တာ တတ္ထ သာတိသယော ဓာတ္တုဇာမတာ လက္ခဏော ကုသ လစ္ဆန္ဒော ဥပ္ပဇ္ဇတိ။

ဆန္ဒောဥပ္ပဇ္ဇတီတိ၊ ဓား။ ဘာဝနာယ၊ ပွားများအပ်သော ဘာဝနာ၏ အဟုန်ကြောင့်။ ပုဗ္ဗေနာပရံ၊ ရှေ့နောက်ဖြစ်သော။ ဝိသေသံ၊ ထူးသော သမာဓိဆန္ဒပါမောဇ္ဇကို။ အာဝဟန္တိ၊ ဆောင်ပေကုန်၏။ ကသ္မာ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ (ထည့်)။ လဒ္ဓဿာဒတ္တာ၊ ရအပ်သောအခွန့် ပွားများအပ်သော ဘာဝနာအဟုန်၌ သာယာခြင်းရှိသည်၏ အဖြစ်ကြောင့်။ တတ္ထ၊ ထိုအခွန့် အဒ္ဓါနာစာရ ဘာဝနာအဟုန်၌။ ယာဘာဝနာ၊ အကြင် ထွက်သက် ဝင်သက် ဒီဃံပဇာန ဘာဝနာသည်။ သာတိသယော၊ အစိုးရခြင်းရှိသည် ဖြစ်၍။ ကတ္တုဇာမတာ လက္ခဏော၊ စီးဖြန်းခြင်းငှာ အလိုရှိသည်၏ အဖြစ်ဟုဆိုအပ်သော လက္ခဏာရှိသော။ ကုသလစ္ဆန္ဒော၊ ကုသလစ္ဆန္ဒသည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ အာနာပါနသမထ ဒီဃံပဇာန နှုးညွှံ့စွာသော သုခုမဖြင့် ကုသလစ္ဆန္ဒ ဖြစ်သည်ကို သိအပ်၏။

ထိုဆန္ဒဝသာကာရ အားရှိလှသဖြင့် တဆိုင်ထက် တဆိုင် တချိန်ထက် တချိန် တကာလထက် တကာလ တနေ့ထက်တနေ့ တိုး၍ တိုး၍ အားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် နူးညံ့သည်ထက် အလွန်နူးညံ့၍ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ ရုန့်ရင်းခြင်းမရှိ အလွန်နူးညံ့၍ တအိအိနှင့် လေဟုန်စီး၍လိုက်နေသော ငှက်ကြီးကဲ့သို့ အလွန်နူးညံ့သော သုခုမဘာရအဖြစ်သို့ ဆောက်လေ၏။

ဤစကားသည် မလွဲကေန် မှန်လှပေ၏၊ ပူပန်ခြင်းကင်းသော ကိုယ်၏ ထွက်သက် ဝင်သက်သည် အလွန်တရာသိမ်မွေ့၍နူးညံ့လေ၏၊ ထို့ကြောင့် မဟာဋီကာ၌—

တတော သုခုမဘာဝေန္တိ ယထာဝုတ္တ ဆန္ဒပဝတ္တိယာ ပုရိမတော သုခုမဘာရံ၊ ဘာဝနာဗလေန ဟိ ပဋိပဿဒ္ဓဒရထ ပရိဠာဟဘာဿ ကာယဿ အဿာသပဿာသာ သုခုမတရာ ဟုတွာ ပဝတ္တန္တိ။

တတောသုခုမဘာရန္တိ၊ ကား။ ပုရိမတော၊ ရှေ့အဖို့၌ဖြစ်ခြင်းရှိသော။ ယထာဝုတ္တဆန္ဒပဝတ္တိယာ၊ အကြင် ဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော ဆန္ဒ၏အဖြစ်ကြောင့်။ သုခုမတရံ၊ အလွန်နူးညံ့စွာ ဖြစ်၏။ ဟိ၊ မလွဲကေန် အမှန်သင့်စွာ။ ဘာဝနာဗလေန၊ ပွားများအပ်သော သမဘာဘာဝနာ၏ အစွမ်းကြောင့်။ပဋိပဿဒ္ဓဒရထပရိဠာဟဿ ကာယဿ၊ ကိုယ်၏ ပူပန်ခြင်း၊ စိတ်၏ ပူပန်ခြင်းငြိမ်းသော။ ကာယဿ၊ကိုယ်၏။ အဿာသပဿာသာ၊ ထွက်သက်ဝင်သက် တို့သည်၊ သုခုမဘရာ၊ အလွန်နူးညံ့ကုန်သည်၊ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ ပဝတ္တန္တိ၊ဖြစ်ကုန်၏။

ဤသို့ အာနာပါနသမထ ဒီဃာဗန္ဓန ဘာဝနာ အစွမ်းကြောင့် ပူပန်ခြင်းကင်းသော ကိုယ်၏ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည် အလွန်နူးညံ့သော သုခုမတရ ဖြစ်သည်ကို သိအပ်၏။

အလွန်နူးညံ့ခြင်းသို့ရောက်သော ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အမျိုးမျိုးသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ် စသည်တို့ ထင်မြင်ရခြင်းကြောင့် ဝမ်းသာခြင်း ပါမောဇ္ဇ ကောန် ဖြစ်ရတော့သည်၊ ထိုနူးညံ့ခြင်းသို့ ရောက်သော ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်အားထိုဆန္ဒဝသာကာရ အစွမ်းသည် အလွန်နူးညံ့လှသော သုခုမတရအ ကြိမ် များစွာ ဖြစ်လှ၍ မိမိစိတ်သည် ငြိမ်သက်လှလျက်ကမ္မဋ္ဌာန်း၏ ခရီးသို့သက်ခြင်းကြောင့် မထင်မြင်ဘူးသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ပဋိဘာဂနိမိတ်တို့ကို ထင်မြင်ရခြင်းကြောင့် ပါမောဇ္ဇဝသာကာရသို့ ရောက်လေ၏၊ ထို ပါမောဇ္ဇဝသာကာရ သို့ရောက်သော ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်အား ပြကတိသောထွက်သက် ဝင်သက်ကိုလွှတ်၍ နိမိတ်ဟူသော အာရုံ၌ တည်ရှာလေတော့သည်၊ ထို့ကြောင့် မဟာဋီကာ၌ပင်—

ပါမောဇ္ဇံ ဥပ္ပဇ္ဇတီတိ အဿာသ ပဿာသာနံ သုခုမတရ ဘာဝနာရမ္မဏဿ သန္တတရတာယ ကမ္မဋ္ဌာနဿစ ဝီထိံ ပဋိပန္နတာယ ဘာဝနာ စိတ္တသဟဂတော ပမောဒေါ ခုဒ္ဒကာဒိဘေဒေါ တရုဏာပီတိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။

ဘာဝနာဗလေန ပန သုခုမတရ ဘာဝပတ္တေသု အဿာသပဿာ သေသု တတ္ထ ပဋိဘာဂနိမိတ္တေ ပကတိ အဿာသပဿာသတော စိတ္တံ နိဝတ္တတိ။

ပါမောဇ္ဇံ ဥပ္ပဇ္ဇတီတိ၊ ကာ:။ အဿာသပဿာသာနံ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့၏။ သုခုမတရဘာဝနာ ရမ္မဏာဿ၊ အလွန် နူးညံ့သော ဘာဝနာအာရုံ၏။ သန္တတရတာယ၊ အလွန် ငြိမ်သက်သည်၏ အဖြစ်ကြောင့် လည်းကောင်း။ ကမ္မဋ္ဌာနဿ၊ ထွက်သက် ဝင်သက် ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်း၏။ ဝီထိံ၊ ရှေ့တူရူ သွားသော ခရီးသို့။ ပဋိပန္နတာယ၊ သက်သည်၏အဖြစ်ကြောင့် လည်းကောင်း။ ဘာဝနာစိတ္တသဟဂတော၊ ဘာဝနာ စိတ်နှင့် တကွဖြစ်သော။ ခုဒ္ဒကာဒိဘေဒါ၊ ခုဒ္ဒကာပီတိ အစရှိသည် အပြားရှိသော။ ကရဏာပီတိ၊ နှုံးသော့ပီတိဟု ဆိုအပ်သော။ ပမောဒေါ၊ ဝမ်းမြောက်သော ပါမောဇ္ဇသည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။

ပန၊ အထူးကို ဆိုဦးအံ့။ ဘာဝနာဗလေန၊ ထွက်သက် ဝင်သက် ဟူသော ဘာဝနာ၏အစွမ်းအားဖြင့်။ အဿာသပဿာသေသု၊ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည်။ သုခုမတရ ဘာဝပတ္တေသု၊ အလွန်နူးညံ့ သည်အဖြစ်သို့ရောက်ကုန်သော်။ တတ္ထ၊ ထိုထွက်သက် ဝင်သက် ဟူသော အဿာသပဿာသ ကမ္မဋ္ဌာန်း၌။ ပဋိဘာဂနိမိတ္တေ၊ ပဋိဘာဂနိမိတ်သည်။ ဥပ္ပန္နေ၊ ဖြစ်လတ်သော်။ ပကတိအဿာသပဿာသတော၊ ပြကတိဖြစ်သော ထွက်သက် ဝင်သက်မှ။ စိတ္တံ၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်သည်။ နိဝတ္တတိ၊ နစ်၏။ ဝါ၊ အလွန် အထူး နူးညံ့ခြင်းသို့ရောက်သော သုခုမတရ အဖြစ်ဖြင့် နစ်၏။

ထို ပါမောဇ္ဇဝသာကာရ ရောက်လျှင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ပဋိဘာဂနိမိတ်တို့ ထင်မြင်လာရမြဲ ဓမ္မတာပေတည်း၊ ပါမောဇ္ဇ ဖြစ်နိုင်ဖို့ကား ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ အရဟ္ဘာဝနာ ပဓာနဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ထိပ်ခေါင်တင် အရှင်ဓမ္မပါလမထေရ်မြတ်ကြီးသည် ဥက္ကဋ္ဌနည်းဖြင့် ပဋိဘာဂကို ပြတော်မူသည်။

ဤသို့ အာနာပါနသမာဓိ ဒီဃဗန္ဓန ဘာဝနာ အစွမ်းကြောင့် ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည် အလွန် အထူး နူးညံ့သော သုခုမတမ ဖြစ်သည်ကို သိအပ်၏။

ဤသည်ကား သမာဓိ၏ ကုသလစ္ဆန္ဒ စသည်တို့ကို ပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။



ထွက်သက် ဝင်သက်နှင့် ဖြစ်ပေါ်သော နိမိတ်တို့ကို ကြည့်အပ်သည်ကို ပြခြင်း

"အလွန်အထူး နူးညံ့ခြင်းသို့ရောက်သော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် ရအပ်သောနိမိတ်တို့ကို အစဉ်တစိုက် လိုက်၍ လိုက်၍ ဒီဃဗန္ဓနဖြင့် ကြည့်အပ်ပေပြီ" ဟူသော စကားကို ပြဦးအံ့။

ထိုသို့ပြခဲ့သော ကုသလစ္ဆန္ဒ ပီတိပါမောဇ္ဇ သို့ရောက်သောယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် ဘာဝနာအားကြောင့် ဓမ္မတာအားဖြင့် မိမိရအပ်သော အာနာပါနကိုမှီ၍ဖြစ်သော နိမိတ်ကို အစဉ်တစိုက်လိုက်၍ ကြည့်အပ်တော့၏၊ အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူ (အပြောင်းအလဲ သတိထား နှလုံးမူ) ဤ ထွက်သက် ဝင်သက် နိမိတ်သည်သည်း ထွက်သက် ဝင်သက် မည်၏၊ ထို့ကြောင့် ထွက်သက် ဝင်သက် နိမိတ်ကို အစဉ်တစိုက် လိုက်၍

လိုက်၍ "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန အစဉ်အတိုင်း ကြည့်အပ်၏။ ထို့ကြောင့် မဟာ ဋီကာ၌ပင်လျှင်–

အဿာသပဿာသေ နိဿာယ ဥပ္ပန္နနိမိတ္တံ
ပေတ္ထ အဿာသပဿာသ သမညမေဝ ဝုတ္တံ။

အဿာသပဿာသေ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်၌။ နိဿာယ၊ မှီ၍။ ဥပ္ပန္နနိမိတ္တံပိ၊ ဖြစ်ပေါ်သော နိမိတ်ကိုလည်း။ ဧတ္ထ၊ ဤကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသောအရာ၌၊ အဿာသပဿာသ သမညမေဝ၊ ထွက်သက် ဝင်သက် မည်၏ ဟူ၍သာလျှင်။ ဝုတ္တံ၊ ဆိုအပ်၏။

ဤသို့ အားထုတ်အပ်သော အာနာပါနသမထဒီဃဗန္ဓန ထွက်သက်ဝင်သက်မှု ဘာဝနာအားကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ထွက်သက် ဝင်သက်နိမိတ်ကို "ရှည်....ရှည်....ရှည်" ဟူသော နှလုံးသွင်းဖြင့် အစဉ်တစိုက် လိုက်၍လိုက်၍ ကြည့်အပ်သည်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သတိချပ်ကာ သိအပ်တော့သည်သာတည်း။

ဤကား ထွက်သက်ဝင်သက်နှင့် ဖြစ်ပေါ်သောနိမိတ် တို့ကိုကြည့်အပ်သည်ကိုပြခြင်းစကားပေတည်း။

× × ×

သတုပဋ္ဌာနနှင့် ဥပဋ္ဌာနကာရမတ္တကိုပြခြင်း

သတုပဋ္ဌာန ဥပဋ္ဌာန အထူးသိစရာတို့သည်ကား ဤသို့ ဤသို့ ပြအပ်ခဲ့ပြီးသော စကားအစဉ်တို့ဖြင့် ပရံပရအဆက် ဆက်မှ လာသော အာနာပါန သမထ ပထမနည်း၌ ဂဏန-ဖုသန-အဋ္ဌကဝါရ သတိမလွတ်ရန် သတောကာရီ အဖြစ်ကို သိအပ်၏။

ဤ အာနာပါန သမထ ဒုတိယနည်း၌ "ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ဖြင့် ကိုးပါးသောအာကာရတို့တွင် တပါးပါးသော အာကာရသို့ ဘက်၍ တက်၍ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့သော ပီတိပါမောဇ္ဇဝသာ ကာရဖြင့် အာရုံနှင့်သတိ ထင်လှ၍ တည်ကြည်လှသော သတိ ပဋ္ဌာန အဖြစ်ကိုသိအပ်၏။ ထိုသတုပဋ္ဌာနရောက်မှ ကလျာဏ ဘုံ ခိုလှုံနိုင်မည်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ သိအပ်၏။ အားထုတ်အပ်သောအရာဟူ၍လည်း သိအပ်ပေ၏။

သတုပဋ္ဌာနဟူသည် ထိုအားထုတ်အပ်သော ထွက်သက် ဝင်သက်နိမိတ်အာရုံကိုကပ်၍ တည်သောစိတ်သည် သတုပဋ္ဌာန မည်၏။

ဥပဋ္ဌာနံ သတီတိ တံအာရမ္မဏံ ဥပဂန္တွာ
တိဋ္ဌတီတိ သတိဥပဋ္ဌာနံ နာမ။ (မဟာဋီကာ)

ဥပဋ္ဌာနံသတီတိ၊ကား။ တံအာရမ္မဏံ၊ ထိုထွက်သက်ဝင်သက် နိမိတ်အာရုံကို။ ဥပဂန္တွာ၊ ကပ်၍။ ယံစိတ္တံ၊ အကြင်ကမ္မဋ္ဌာန်

စီးဖြန်းသောစိတ်သည်။ တိဋ္ဌတိ၊ တည်တတ်၏။ ဣတိဘာသွာ၊ ထို့ကြောင့်။ တံစိတ္တံ၊ ထိုစိတ်သည်။ သတိဥပဋ္ဌာနံနာမ၊ သတုပဋ္ဌာနမည်၏။

ကလျာဏတုံကိုခိုလှုံပုံကို သိတော့လတ္တံ။ ထိုသတုပဋ္ဌာနသို့ရောက်က နိမိတ်ကိုထင်မြင်ရမြဲဖြစ်၏။

အဘယ်သို့ ထင်မြင်ရပါသနည်းဟူမူ ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်၏ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိတို့၏ ဘာဝနာအဟုန် သတ္တိဂုဏ်ကြောင့် အလိုအလျောက် ပေါ်ပေါက်လာသော ဥဂ္ဂဟ ပဋိဘာဂ နိမိတ်သည် သမာဓိကိုရသောသူ၏ ဘာဝနာသညာကြောင့် ဖြစ်သော တရားထူးတခုပေတည်းဟု မှတ်လျက် သတုပဋ္ဌာနနှင့် ဥပဋ္ဌာနသိရန်။

ကေဝလဉ္စိ သမာဓိလာဘိ နော ဥပဋ္ဌာနကာရမတ္တံ သညဇမေတံ။ (အဋ္ဌကထာ)

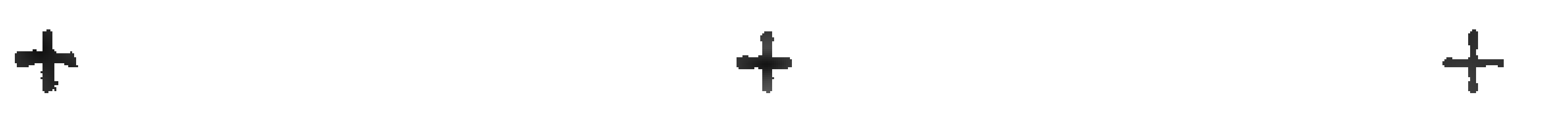
သညဇန္တိ ဘာဝနာသညာယ ဇနိတံ၊ ဘာဝနာသညာယ သဉ္ဇာတမတ္တံ၊ န ဟိ အဘာဝတော ကုတော စိ သမုဋ္ဌာနံ အတ္ထိ။ တေနာဟ ဥပဋ္ဌာန ကာရမတ္တန္တိ။ (ဋီကာ)

ဟိ သစ္စံ၊ မှလွဲကေန်မှန်လှ၏။ ကေဝလံ၊ အလိုလို။ သမာဓိလာဘိနော၊ သမာဓိကိုရသောသူ၏။ဥပဋ္ဌာန ကာရမတ္တံ၊ ထင်မြင်လာသည်ကို ပြရုံမတ္တသာတည်း။ ဧတံ၊ ဤထင်မြင်လာသောနိမိတ်သည်။သညဇံ၊ဘာဝနာသညာကြောင့်ဖြစ်၏။

သညာဇနကံ၊ ကာရ။ ဘာဝနာသညာယ၊ ဘာဝနာသညာ ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်သောသညာသည်။ ဇနိတံ၊ ဖြစ်စေအပ်၏။ ဘာဝနာသညာယ၊ ဘာဝနာသညာကြောင့်။ သညာတမတ္တံ၊ ဖြစ်ရုံမတ္တသာတည်း။ ဟိ၊ သင့်စွ။ ကုဇောာစ်၊ တစုံတခုသော တရား၏။ ဝါ၊ ပရမတ္ထတရား၏။ သမုဋ္ဌာနံ၊ ဖြစ်လာခြင်းသည်။ အဘာဝတော၊ထင်ရှား◆မရှိခြင်းကြောင့်။ န အတ္ထိ၊ မရှိ။ ဧတန၊ ထိုကြောင့်။ ဥပဋ္ဌာနကာရမတ္တန္တိ၊ ဥပဋ္ဌာနကာရမတ္တံ ဟူ၍။ အာဟ၊ မိန့်တော်မူ၏။

ဤသို့ ပြအပ်သည်ကို သဘောချောက်စေ၍ ပြအပ်သော ဥပဋ္ဌာနကာရမတ္တကို သိအပ်၏၊ ဤသို့ သတုပဋ္ဌာန ဥပဋ္ဌာန ကာရမတ္တတို့ကို သိအပ်ကုန်၏။

ဤကား သတုပဋ္ဌာနနှင့် ဥပဋ္ဌာနကာရမတ္တတို့ကိုပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။



ဥဂ္ဂဟနိမိတ်နှင့်တည်ကြည်သောသမာဓိကိုပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သိအပ်စရာ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်နှင့် တည်ကြည် သော သမာဓိကိုပြဦးအံ့။ ထိုဘာဝနာအဟုန် ဂုဏ်သတ္တိကြောင့် ထင်မြင်လာသောနိမိတ်ဟူသောတရားထူးသည် အကြင်အခါမိမိ ယူအပ်သော "ရှည်—ရှည်—ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန အာနာ ပါန သမထပရိကံအားရှိလတ်သော် စိတ်ဖြင့်ကောင်းစွာ....

ထွက်သက် ထွက်သွားသည်ကို ထွက်သည်။ မှတ်တိုင်မှ ပြန်၍လာသောဝင်သက် ဝင်လာသည်ကို ဝင်သည်ဟု သညာကြ ယူခဲ့အံ့။ ဝါ၊ ထွက်သွားသည်ကို ထွက်ရှာပြီ၊ ဝင်လာသည်ကို ဝင်ရှာပြီဟု မျက်စိဖြင့် မြင်သကဲ့သို့။

ဝါ၊ ဆေးလိပ်မီးခိုးစသော အခိုးကို နှာခေါင်းမှလွှတ် ၍ကြည့်သကဲ့သို့၊ ဝါ၊ တတွန့်တွန့်နှင့် တွန့်၍တွန့်၍ တက်သော တိမ်ညွန့်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ၊ ထရံပေါက်မှ နေရောင်ခြည်တန်း၍ ဝင်ရောက်နေသည်ကို မျက်စိဖြင့်မြင်ရ သကဲ့သို့။

ဝါ၊ သက်တန့်ရောင် တန်းနေသည်ကို မျက်စိဖြင့်မြင်ရ သကဲ့သို့။ ဝါ၊ရွှေကြိုးရောင်၊ ငွေကြိုးရောင် တန်းနေသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ၊ သောက်ရှူးကြယ်နှင့် ပတ္တမြား လုံးကြီးသဖွယ် တင့်တယ်လှသောအလုံးကြီးကို မျက်စိဖြင့်မြင်ရ သကဲ့သို့။

ဝါ- မီးပန်း ရေပန်းသဖွယ် ထင်သည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ- တိမ်တိုက်အတွင်း ဝင်းဝင်းကြီး ထိုင်နေ သည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ- ခေတ်မီးရောင်အောက် အခမှာင် ပျောက်ကင်း၍ အလင်းရောက်ကာ ဤအတွင်း ဝင်းဝင်းကြီးထိုင်နေသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။

ဝါ--တိမ်ကင်းသည့် ကောင်းကင်တွင်း၌ ဝင်းဝင်းကြီး လှည့်လည်နေရသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ- လေဟုန် စီး၍ တအိအိဖြင့် သွားလာနေသော ဝန်ပိုင့်ကြီးတို့ကဲ့သို့ ကောင်းကင်၌ တအိအိနှင့် ပီတိဖြစ်နေသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရ

သကဲ့သို့။ ဝါ- နတ်များအသွင် ကောင်းကင်၌ မြေပြင်ကဲ့သို့ ရပ်နေသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။

ဝါ- ကောင်းကင်ဘုံအပြင်၌ သမဏ နတ်သားအသွင် ထိုင်နေရသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ-တောတောင် မဟီကန္တရီနှင့် ယှဉ်မှီမတွဲတနဲ ထို့ပြင် ပြုံးရွှင်မျက်နှာ မြင်ရုံသာ မြင်လိုက်ရသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ-တကမ္ဘာ လုံးလင်း ဤအတွင်း၌ အတွယ်ကင်းသော ဝိညာဉ်စာလေးလို နေရသည်ကို နေ့ရသကဲ့သို့။

ဝါ- ရှေ့နောက် ဝဲယာ ထက်အောက် ခြောက်ထွေ ဒြပ်ကျေသော အာကာဝှေ၌ ထိုင်နေသော ဂွမ်းရုပ်ကလေးကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ- နှာဝမှ လွှတ်လိုက်သော အခိုး ပါမင်္ဂမည်သော ဖြတ်ကြိုးကို ဘာဝနာ ရှိန်တန်ခိုးဖြင့် တိုး၍ တိုး၍ တိုး၍ လွှတ်လိုက်ရာ လိုရာလမ်းသို့ တန်း၍သွားသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။

ဝါ- နှာဝမှ လွှတ်လိုက်သော အကြည်နိမိတ်သည် မိမိ အလိုရှိသော အာရုံ ငုံမိသည်ကို မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ- လိုအပ်သောအာရုံသို့ မှန်းဆ၍ လွှတ်လိုက်ရာ တန်း၍နေရှာသော အသွင်မျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့။ ဝါ- ပါမင်္ဂမည်သော နိမိတ် တည်းဟူသော ရွှေကြိုးကို တိုး၍တိုး၍ လွှင့်လိုက်ရာ ပွင့်အာဖုံး၍ လုံးနေသော ဂွမ်းထုံးကြီးကို ယိမ်းယိုင်၍ကြည့်ရာ လက်ဝဲ လက်ယာ ပါလာသည်ကို မျက်စိဖြင့် ထင်မြင်ရသကဲ့သို့။

ဝါ- ထူးဆန်းထွေလာ များစွာသော နိမိတ်တို့ကို ယူဆောင်၍ ယောဂီဟူသော မိမိစိတ်အား ထင်မြင်ခဲ့ဘူး၏။ ထို့အတူ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ် ထင်မြင်အပ်ခဲ့သော နိမိတ်တခု တရားထူးတခုသည် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ခေါ်သော တရားထူးတခု ပေတည်း။ ထိုဥဂ္ဂဟ နိမိတ်ခေါ်သော တရားထူးတခုသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၌ တည်လေ၏။ ထို့ကြောင့်-

ယဒါ ပန တံ နိမိတ္တံ စိတ္တေန သမုဂ္ဂဟိတံ ဟောတိ စက္ခုနာ ပဿန္တဿေဝ မနောဒွါရဿ အာပါထ မာဂတံ၊ တဒါတမေ ဝါ ရမ္မဏံ ဥဂ္ဂဟ နိမိတ္တံနာမ။ သာစ ဘာဝနာ သမာဓိယတိ။

ပန၊ ပရိကမ္မ နိမိတ်မှတပါး ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ကို ဆိုဦးအံ့။ ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ တံနိမိတ္တံ၊ ထိုပရိကမ္မနိမိတ်ဟု ဆိုအပ်သော ကသိုဏ်းဝန်း အစရှိသော အာရုံကို။ ဝါ- လေ့လာ အားထုတ်အပ်သော ပရိကမ္မနိမိတ်အာရုံကို။ စိတ္တေန၊ မနော ဒွါရစိတ်ဖြင့်။ သမုဂ္ဂဟိတံ၊ ကောင်းစွာယူအပ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ စက္ခုနာ၊ စက္ခုဝိညာဏ်ဖြင့်။ ပဿန္တဿေဝ၊ မြင်ရ သကဲ့သို့။ မနောဒွါရဿ၊ မနောဒွါရအား။ အာပါထံ၊ ထင်ခြင်းသို့။ အာဂတံ၊ ရောက်၏။ တဒါ၊ ထိုအခါ၌။ တမေဝအာရမ္မဏံ၊ ထိုကသိုဏ်းစသော အားထုတ်အပ်သော အာရုံသည်ပင်လျှင်။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ္တံနာမ၊ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် မည်၏။ သာစဘာဝနာ တိုးပွားများအားထုတ်အပ်သော အာနာပါန

သမထဘာဝနာ သည်လည်း။ သမာဓိယံတိ၊ ပိပိရိရိကောင်းစွာ တည်ကြည်တော့၏။

ဤသို့ပြအပ်သောစကား သည် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်နှင့်ပွားများ အပ်သော ဘာဝနာ၊ သမထ-ဘည်ကြည်သော သမာဓိကို ပြသော စကားဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်သည်ကို သိအပ်၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့အားထုတ်အပ်သော အရစ် အတန်းထဲ၌ပါဝင်သောစကားရပ်တို့ကို မပြတ်မလပ်လေ့လာ၍ သိထားအပ်၏။

ဤကား ဥဂ္ဂဟနိမိတ်နှင့် တည်ကြည်သော သမာဓိကို ပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

\+ \+ \+

ထင်မြင်တတ်သော နိမိတ်တို့ကို ပြခြင်း

ဘာဝနာတရားကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည်၊ ပရိကံဘာဝနာ အဟုန်အားကောင်းလာသောအခါ ထင်မြင်တတ်သော နိမိတ်တို့ကို ပြဦးအံ့။

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်နှင့် ဘာဝနာသမာဓိ တည်ပုံကို ပြခဲ့သည့် အထဲ၌ ပြခဲ့သော နိမိတ်တို့သည် ကိုယ်တွေ့နိမိတ်များကို ထည့်၍ ပြသရန် ဆရာတော်ဘုရားကြီး မိန့်ကြားတော်မူသဖြင့် ကိုယ်တွေ့ နိမိတ်များကို အနည်းငယ်ထည့်၍ ပြခဲ့ပါသည်။ ကျမ်းဂန်များ၌ သောက်ရှူးကြယ်၊ ပတ္တမြားလုံး စသည်ဖြင့် နိမိတ်များစွာလာ

သည်၊ ထိုထင်မြင်သောနိမိတ်တို့သည် တယောက်နှင့်တယောက် တူသည်လည်း ရှိ၏၊ မတူသည်လည်း ရှိ၏၊ အမြဲလည်းမဟုတ်။

အချို့သောသူတို့အား သောက်ရှူးကြယ် ထင်မြင်၏၊ အချို့သော သူတို့အား ပတ္တမြားလုံးကြီးသဖွယ် ထင်မြင်၏၊ အချို့သောသူတို့အား ပုလဲလုံး၊ အချို့သော သူတို့အား ဝါစေ့၊ သစ်သား နှစ် တံကျင်၊အချို့သော သူတို့အား ဆောက်ကြိုးလုံး၊ ပန်းဆိုင်း၊ မီးခိုး၊ တိမ်ညွန့် စသည်တို့ကဲ့သို့ အမျိုးမျိုးထင်မြင်ရ၏။

ထိုထင်မြင်ကြသော နိမိတ်တို့သည် အမြဲလည်း မဟုတ်၊ တူလည်း မတူဖြစ်ကြ၏၊ တူသော နိမိတ်လည်း ရှိပေ၏၊ ထို့ကြောင့်-

ဣဒံ ကဿစိ တာရကရူပံဝိယ မဏိဂုဠိကာဝိယ မုတ္တာဂုဠိကာဝိယ ကဿစိ ခရသမ္ဖဿံ ဟုတွာ ကပ္ပါသဋ္ဌိ ဝိယ ဒါရုသာရ သူစိဝိယ စ၊ ကဿစိ ဒီဃပါမင်္ဂသုတ္တံဝိယ ကုသုမဒါမံဝိယ ဓူမသိခါ ဝိယစ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ဟိ၊ ထင်ရှားစွာဆိုဦးအံ့။ ဣဒံနိမိတ္တံ၊ ဤနိမိတ်သည်၊ ကဿစိ၊ အချို့သောသူအား။ တာရကရူပံဝိယ၊ သောက်ရှူးကြယ်ကဲ့သို့ရင်း။ မဏိဂုဠိကာဝိယ၊ ပတ္တမြားလုံးကဲ့သို့ရင်း။ မုတ္တာဂုဠိကာဝိယ၊ ပုလဲလုံးကဲ့သို့ရင်း။ ဥပဋ္ဌာတိ၊ ထင်မြင်၏။

ကသိဏ၊ အချို့သောသူအား။ ခရသမ္ဖဿံ၊ ကြမ်းသော အတွေ့ရှိသည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ ကပ္ပါသဝိဋ္ဌိဝိယ၊ ဝါစေ့ ကဲ့သို့ရင်း။ ဒါရုသာရသူစိဝိယ၊ သစ်သားနှစ်တံကျင်ကဲ့သို့ရင်း။ ဥပဋ္ဌာတိ၊ ထင်မြင်၏။ ကဿစိ၊ အချို့သောသူအား။ ဒီဃပါမင်္ဂသုတ္တံဝိယစ၊ ရှည်စွာသော ဆောက်လုံးကြိုး ကဲ့သို့ရင်း။ ကုသုမဒါမံဝိယစ၊ ပန်းဆိုင်းကဲ့သို့ရင်း။ ဓူမသိခါ ဝိယစ၊ အခိုးညွန့်ကဲ့သို့ရင်း။ ဥပဋ္ဌာတိ၊ ထင်မြင်လာ၏။

ဤသို့ အဋ္ဌကထာတို့၌များစွာဆို၍ ထင်မြင်အပ်သော နိမိတ်တို့ကိုသိအပ်၏။

ဤကား ထင်မြင်တတ်သောနိမိတ်တို့ကို ပြခြင်းတည်း။

\+ \+ \+

နိမိတ်ကိုယူဆောင်၍ နှလုံးသွင်းပွားများအပ်ကြောင်းကိုပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထင်မြင်အပ်သော နိမိတ်ကိုယူ ဆောင်၍ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်းအပ်ကြောင်းကို ပြဦးအံ့။ အဋ္ဌကထာဆရာမြတ်တို့ များစွာပြအပ်သော နိမိတ် တို့တွင်တပါးပါးသော နိမိတ်ကိုထင်မြင်လာစဖြစ်သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်အား ရအပ်သောနိမိတ်ကိုယူဆောင်ကာပဓာနကျောင်းသို့ လာ၍ ဘာဝေတဗ္ဗ သမန္နာဟရိတဗ္ဗ တက္ကာဟာဘ ဝိတက္ကာဟာတ ထိုသို့ရောက်အောင် စိတ်ကိုဆောင်၍စီးဖြန်းမယုတ်ပွားများခြင်း ကိုပြုလုပ်အပ်၏။ ထိုကြောင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၌(၁၂၂)။

နိမိတ္တံ အာဒါယ အာဂန္တွာ သုခနိသိန္နေန
ဘာဝေတဗ္ဗံ ပုနပ္ပုနံ သမန္နာဟရိတဗ္ဗံ တက္ကာ ဟတံ
ဝိတက္ကာ ဟတံ ကာတဗ္ဗံ။

နိမိတ္တံ၊ မိမိအားဖြစ်ပေါ်လာသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ကို။ အာဒါယ၊ မိမိစိတ်ဖြင့်ကောင်းစွာယူဆောင်၍။ အာဂန္တွာ၊ ပဓာနကျောင်းသို့လာ၍။ သုခနိသိန္နေန၊ချမ်းသာစွာနေသဖြင့်။ ဘာဝေတဗ္ဗံ၊ မိမိစိတ်ကိုနိမိတ်သို့ရှေးရှုပွားများအပ်၏၊ ပုနပ္ပုနံ၊ အဖန်တလဲလဲ။ ဝါ၊ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ်။ သမန္နာဟရိတဗ္ဗံ၊နှလုံးသွင်းဖြင့်ဆင်ခြင်အပ်၏။ တက္ကာဟတံ ဝိတက္ကာဟတံ၊ တက္ကာဟတ ဝိတက္ကာဟတကို။ ကာတဗ္ဗံ၊ ပြုအပ်၏။

\+ \+ \+

သုံးပါးသောအာကာရ ကိုးပါးသော အခြင်းအရာတို့ကို သိသာရန်ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သိအပ်သော သုံးပါးသော အာကာရ၊ ကိုးပါးသော အခြင်းအရာတို့ကို သိသာရန် အကြောင်းပြဦးအံ့၊ ထိုစဉ်ပထမကပြအပ်ခဲ့သော အာနာပါန သမထ ဂဏန အဋ္ဌကဝါရ ပထမနည်းမှတက်၍ ဒုတိယဒီဃဗန္ဓနနည်းကိုအားထုတ်ရာ၌ အရှည်ဖွဲ့အပ်သော ဒီဃဗန္ဓန ထွက်သက် ဝင်သက်ကို မှတ်အပ်သော သင်္ကေတနေရာသို့ ရောက်အောင် ပြန်အောင် နှလုံးသွင်းလျက် "ရှည်—ရှည်—ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓန အာနာပါန သမထ ပဓာနကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပဓာနနှလုံးပိုက်၍ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်

အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အထူးမှတ်အပ်သော အခြင်းအရာ အာကာရတို့ကား သုံးပါးကိုးပါးရှိပေကုန်၏။

သုံးပါးသော အာကာရ၊ ကိုးပါးသော အခြင်းအရာ တို့ကား- အဒ္ဓါနာကာရ ဆန္ဒဝသာကာရ ပါမောဇ္ဇဝသာကာရ သုံးပါးတို့သည် သုံးပါးသော အာကာရတို့ဖြစ်သည်။

(၁) ထိုအာကာရ သုံးပါးပါး၌ ထွက်သက် ဝင်သက်၊ ထွက်သက် ဝင်သက် သုံးပါး။ ထိုသုံးပါးကို ရှုရှိုက်ရာ၌ "ဖြေး ဖြေးနှေးနှေး ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနဖြင့် သိမ်မွေ့ နူးညံ့စွာ နှလုံးသွင်း အားထုတ်ခြင်းသည် အဒ္ဓါနာကာရ (သုခုမသွင်း)။

(၂) ထိုအဒ္ဓါနာကာရဖြင့် အားထုတ်ရာ တထိုင်ထက် တထိုင်၊ တနေ့ထက်တနေ့၊ တရက်ထက်တရက် ဘာဝနာ၏ သာယာခြင်းအစိုးရလှ၍ တိုး၍တိုး၍ အားထုတ်လိုသောဆန္ဒ ဖြစ်၍ တိုး၍တိုး၍ အားထုတ်လိုသော ကုသလစ္ဆန္ဒဖြင့် ယူထား အပ်သော ထွက်သက် ဝင်သက်၊ထွက်သက် ဝင်သက် ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို ရှုရှိုက်ရာ၌"ဖြေးဖြေး နှေးနှေး ရှည်-ရှည်- ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနဖြင့် အထူးသဖြင့်သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ နှလုံး သွင်း၍ ကုသလစ္ဆန္ဒဖြင့် အားထုတ်ခြင်းသည် ဆန္ဒဝသာကာရ၊ (သုခုမတရသွင်း)။

(၃) ထိုကုသလစ္ဆန္ဒကြောင့် သုခုမတရ အကြိမ်များ စွာဖြစ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏စိတ်သည် အလွန်ငြိမ်သက်လာ သည်ဖြစ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့သက်လျက် မထင်မြင်သော နိမိတ်တို့ကို ထင်မြင်ရခြင်းကြောင့် နှစ်သက်သောပီတိ ပါမောဇ္ဇရောက်၍

ပါမောဇ္ဇဝသာကာရဖြင့် ယူထားအပ်သော ထွက်သက်ဝင်သက်၊ ထွက်သက် ဝင်သက် ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကိုရှုရှိုက်ချာ၌ "ဖြေးဖြေး နှေးနှေး ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနဖြင့် အထူးသဖြင့် အလွန်သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာဖြင့် နှလုံးသွင်း၍ ဝမ်းမြောက်သဖြင့် အားထုတ်ခြင်းသည် ပါမောဇ္ဇာသာကာရ (သုခုမတမသွင်း)။

ဤသို့အခြင်းအရာ အာကာရတို့ကို ကောင်းစွာသိအပ်ကုန်၏။

ဤသို့မဟာပါဝါင်္ဂလာရှိသည်နှင့်အညီတရားကိုမှီကြသည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သုံးပါးသောအာကာရ၊ ကိုးပါးသော အခြင်းအရာတို့ကိုသိမှီး၍ ဤဒီဃဗန္ဓန အာနာပါနသမထဒုတိယနည်းကိုလိပ်သည်ခေါင်းခြေလက်သိုဝှက်၍ မထွက်သကဲ့သို့ ဗဟိဒ္ဓအာရုံဘက်သို့မထွေးမယှက်မနှစ်သက်ပဲ အာဝဇ္ဇနမဇ္ဇထား၍စွန့်ပစ်အပ်သောအမှိုက်တို့ကဲ့သို့ မငဲ့မစောင်း ကောင်းလှသောမနသိကာရဖြင့် ဤဒီဃဗန္ဓနအာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကိုမချိုတ်မယွင်းနှလုံးသွင်းလျက်ထွက်သက်အခိုက် "ရှည်....ရှည်....ရှည်" ဝင်သက်အခိုက် "ရှည်-ရှည်-ရှည်"ဟူသောအနှလုံးငှလုံးအာရုံကိုခိုံခိုံမင်မင် ဖြောင့်ဖြောင့်စင်းစင်းကြီး အားထုတ်ကုန်ရာ၏။ ဤသို့ပြခဲ့သည့်အတိုင်း သုံးပါးသောအာကာရ၊ ကိုးပါးသော အခြင်းအရာတို့ကိုကောင်းစွာသိအပ်ကုန်၏။

ဤကား သုံးပါးသောအာကာရ ကိုးပါးသောအခြင်းအရာတို့ကိုပြခြင်းပေတည်း။

....:o:....

ရုအပ်သောနိမိတ်တို့ကိုပွားခြင်းကိုပြခြင်း

တရားကို အားထုတ်သော ယောဂီအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် အားထုတ်အပ်သော သမထဘာဝနာအဟုန် အားကောင်းလာသောအခါ၌ မတွေ့မမြင်ဘူးသော နိမိတ်အမျိုးမျိုးတို့ သဘာဝအားလျော်စွာ တွေ့မြင်တတ်ပါသည်။ အချို့ ရံခါရံခါသာတွေ့မြင်၏။ အချို့မကြာတခါတွေ့မြင်၏။ ထိုသူ၏နိမိတ်သည် ဥပဋ္ဌာနမတ္တနိမိတ်သာတည်း။ ဥဂ္ဂဟမဟုတ်သေးပါ။

အကြင်သူသည် ထင်မြင်သော နိမိတ်အာရုံကို အလိုရှိသလိုပြုပြင်၍ ယူတိုင်းယူတိုင်းရ၏၊ ထိုသူ၏နိမိတ်သည် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်မည်၏။

ထိုယူတိုင်းယူတိုင်း ရသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပဌမ ရစ ဓာပင်ကြည်ကြည်လင်လင်ဖြစ်အံ့။ ထိုဥဂ္ဂဟ၏ကြည်လင်ခြင်းမည်၏။အကြင်သူ၏ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ယူတိုင်းယူတိုင်းလည်းရ၏။ တထိုင်ထက်တထိုင် တနေ့ထက်တနေ့ တရက်ထက်တရက်လည်း ကြည်လင်တိုးတက်လာ၏။ မိမိ၏အလိုသို့လည်း လိုက်ပါ၏။ ကြီးစေ၊ငယ်စေ၊ ရှည်စေ၊ တိုစေ၊လုံးစေ၊ ပြားစေ၊ရွှေစေ၊တည်စေဟူ၍ စသည်ဖြင့်ပွား၍လည်းရ၏။ထိုနိမိတ်သည် ပဋိဘာဂသို့ သက်သည်ဖြစ်၍ ပဋိဘာဂ၏ကြည်လင်ခြင်းမည်၏။

ထိုရအပ်သော နိမိတ်ကို အဘယ်သို့သက်၍ အဘယ်သို့ ကြည်လင်ရပါအံ့နည်း။ အဘယ်သို့ ပွားများရပါသနည်း ဟူမူ

ယူတိုင်းယူတိုင်းရသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် မည်းညစ်သည်ဖြစ်အံ့၊ အမှိုက်မီးခိုး ရေနံမီးခိုးကဲ့သို့ ဖြစ်အံ့။ ထိုမည်းညစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ကို နေ့ရောည့်ပါ အခါခပ်သိမ်း အဖန်ဖန်ထပ်၍ထပ်၍ "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနထွက်သက် ဝင်သက်ကို ရှုအပ်ရှိုက်အပ်၏။

ဤသို့ ရှုဖန်ရှိုက်ဖန် များလတ်သော် မည်းညစ်သော အရောင်ပျောက်၍ လုံဝါဂွမ်းရောင်ကဲ့သို့ရင်း၊ ကြည်လင်သော တိမ်ဖတောင်ရောင်ကဲ့သို့ရင်း၊ ဖြူဖွေးသောပန်းရောင် စသော အဖြူရောင်ကဲ့သို့ရင်း ဤသို့စသည်ဖြင့် မည်းညစ်ရာမှဖြူရောင်တိုးတက်လာပါမူ ပဋိဘာဂနိမိတ်သို့သက်၏။

ထိုပဋိဘာဂသက်သော နိမိတ်ကိုရှေးနည်းတူစွာ အဖန်ဖန်ထပ်၍ ထပ်၍ "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှုဖန်ရှိုက်ဖန်များလတ်သော် အလွန်ကြည်လင်သောအရောင်ကဲ့သို့ရင်း။ ရေရောင်ကဲ့သို့ရင်း။ ဆီရောင်ဖန်ရောင်မှန်ရောင်တို့ကဲ့သို့ရင်း။ ရေမှုန်ရေမွှား၊ မီးပေါက်မီးဖွား၊ မီးပန်းစသည်တို့ကဲ့သို့ရင်း ထင်မြင်လာမူ ပဋိဘာဂကြည်လင်ခြင်း မည်၏။

စိတ်ကရှည်စေလိုမူရှည်၏။ တိုစေလိုမူတို၏။ ကြီးစေလိုမူ ကြီး၏။ ငယ်စေလိုမူငယ်၏။ အကယ်၍တက်ခဲ့ပါမူ ထက်အောက် ပြောင်းပြန်ကောင်းကင်ယံသို့ရင်း၊ စွမ်းနိုင်ပါမူ တစ်မိုင်၊ နှစ်မိုင်၊ သုံးမိုင်၊ လေးမိုင်၊ ငါးမိုင်၊ ခရီးတစ်သောင်း၊ နှစ်သောင်း စသော စကြဝဠာ အဆုံးသို့ရင်း၊ ရောက်အောင် ရအပ်သောနိမိတ်ကို လွှတ်နိုင်ပါ၏။ လွှတ်နိုင်ပါမူနိမိတ်ပွားသည်မည်၏။ ဤသို့သော

နိမိတ်ကို လွှတ်နိုင်ပါ၏၊ လွှတ်ပါမူ နိမိတ်ပွားသည် မည်၏။ ဤသို့တက်ပုံ ကြည်ပုံပွားပုံတို့ကို သိအပ်ကုန်၏၊ ထိုကြောင့် အဋ္ဌကထာ၌—

သဗ္ဗပိဟိ ဥဂ္ဂဟနိမိတ္တံ ဝဍ္ဎိယမာနံ နဝဍ္ဎတိယေဝ၊ သတိပိစ ဝဍ္ဎေတုကာမတာယံ ဝဍ္ဎနာ န သမ္ဘဝတိ ဘာဝနာယ ပရိဒုဗ္ဗလတ္တာ။ ဘာဝနာဝသေန ဟိ နိမိတ္တဝဍ္ဎနာ။ ပဋိဘာဂနိမိတ္တံ ပန တသ္မိံ ဥပ္ပန္နေ ဘာဝနာ ထိရာတိကတ္ဝာ ဝဍ္ဎိယမာနံ ဝဍ္ဎတီတိ ဝုတ္တံ။

ဟိ–ယုတ္တံ၊ ထိုစကားသင့်စွ၊ သဗ္ဗံပိ၊အလုံးစုံလည်း ဖြစ်သော။ ဥဂ္ဂဟ နိမိတ္တံ၊ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည်။ ဝဍ္ဎိယမာနံ၊ ပွားစေအပ် သည်ရှိသော်။ နဝဍ္ဎတိယေဝ၊ မကျယ်မစန့်မပြန့်မပွားသည်သာ တည်း။

ဝဍ္ဎေတုကာမတာယံ၊ ပွားစေလိုသည်၏ အဖြစ်သည်။ သတိပိစ၊ ရှိသော်လည်း။ ဘာဝနာယ၊ ပွားများအပ်သော ဘာဝနာ၏။ ပရိဒုဗ္ဗလတ္တာ၊ထက်ဝန်းကျင် အားနည်းသေးသည် ၏အဖြစ်ကြောင့်။ ဝဍ္ဎနာ၊ ကျယ်စန့်ပြန့်ပွားခြင်းသည်။ နသမ္ဘဝတိ၊မဖြစ်သင့်။ ဟိ–သစ္စံ၊ထိုစကားမှန်၏။ ဘာဝနာဝသေန၊ အာရမ္မဏိကဘာဝနာ၏အစွမ်းဖြင့်။ နိမိတ္တဝဍ္ဎနာ၊ အာရုံနိမိတ်၏ ကျယ်စန့်ပြန့်ပွားခြင်းသည်၊ ဟောတိ၊ဖြစ်၏။

ပဋိဘာဂနိမိတ္တံ ပန၊ပဋိဘာဂနိမိတ်သည်ကား။ တသ္မိံ၊ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်သည်။ ဥပ္ပန္နေ၊ ဖြစ်လာသည်ရှိသော်။ ဘာဝနာ၊

ပွားများအပ်သော အာရမ္မဏ်က ဘာဝနာစိတ်သည်။ ထိရာ၊ ခိုင်ခံ့၏။ ဣတိကတွာ၊ ဤအကြောင်းကြောင့်။ ဝဍ္ဎယမာနံ၊ ပွားစေအပ်သည်ရှိသော်။ ဝဍ္ဎတိ၊ ကျယ်စန့်ပြန့်၍တိုးပွား၏။ ဣတိ၊ ဤသို့သောစကားကို။ ဝုတ္တံ၊ အဋ္ဌကထာဆရာမြတ် မိန့်ဆိုအပ်၏။

ဤသို့အဋ္ဌကထာဆရာမြတ်ဘုရား မိန့်ဆိုအပ်သည်နှင့်အညီ ယောဂီသူမွန် ပုဂ္ဂိုလ်ချွန်တို့သည် ဤသို့သော "အာနာပါန သမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း"ကို ကြိုးကြိုးစားစားအာရဗ္ဘ ခေတ်ဖြင့် ပွားများအားထုတ်လိုက်ပါက အားထုတ်အပ်သော ဘာဝနာအဟုန် အားမနည်းပဲ ထက်ဝန်းကျင် အားကောင်း သဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ထင်မြင်အပ်သော နိမိတ်တို့ကို....

မသက်ရာမှ သက်စေလိုမူလည်း သက်၏။ မကြည်ရာမှ ကြည်စေလိုမူလည်း ကြည်၏။ငယ်ရာမှကြီးစေလိုမူလည်းကြီး၏။ ကျဉ်းရာမှကျယ်စေလိုမူလည်းကျယ်၏။ ကွေးကောက်၍မစန့်ရာမှ စန့်စေလိုမူလည်းစန့်၏။ မပြန့်ရာမှ ပြန့်စေလိုမူသည်း ပြန့်၏၊ မတိုးရာမှ တိုးစေလိုမူလည်း တိုး၏။ မရောက်ရာမှ ရောက်စေလို မူလည်းရောက်၏။ မပွားရာမှပွားစေလိုမူလည်းပွား၏။

မိမိအလိုသို့ပါ၍ ဆောင်နိုင် ယူနိုင်ပြုပြင်နိုင်အောင်ဖြစ်ဖို့ ရာသဘောသည် ယောဂီသူမွန် ပုဂ္ဂိုလ်ချွန်တို့၏ စိတ်နှလုံး၌ သိမ်းသွားရန်ကား "ဘာဝနာယ ပရိဒုဗ္ဗသတ္တာ" မဖြစ်စေပဲ ဘာဝနာဗလေန–ထွက်သက် ဝင်သက်ဟူသော အာနာပါန သမထ ဒီဃဗန္ဓန ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ၏အားကောင်း သဖြင့် အလွန်အထူးနူးညံ့၍ ထင်မြင်ရသော နိမိတ်ဟုသိမှတ်

လျက် ပဋိပတ်အရာ အာရဗ္ဘဓာတ်ဘာဝနာရှိမှုဟု သိအပ်သည်နှင့်အညီယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်တို့၏ နှလုံး၌ သိုမှီး၍ သိုပ်သည်းစွာ အားထုတ်အပ်တော့၏။

ဤသို့ပြခဲ့သော''အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓနနည်း''ကို ဆရာနှင့် မတွေ့သော်လည်း စာနှင့်တွေ့လျက် ပတ်ပတ်နပ်နပ် အထပ်ထပ်ကြည့်ရှု၍ စေတနာထက်သန်စွာဖြင့် အားထုတ်နိုင်လောက်ပေပြီ။ ကျွမ်းကျင်သော ဆရာသမားတို့ထံ၌လည်း ဆည်းကပ်၍ အားထုတ်နိုင်မှု သာ၍ပင်ကောင်းလှပါ၏။ အားထုတ်နိုင်ပါစေသတည်း။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရအပ်သောနိမိတ်ကို ကွန့်မြူးသည်ဟူသော ကျယ်ပြန့်စေခြင်း၊ စန့်စေခြင်းစသော ပွားခြင်းတို့ကိုပြသော စကားရပ်တို့ကိုသိအပ်လေပြီ။

ဤကား ရအပ်သောနိမိတ်တို့ကို ပြသောစကားရပ်ပေတည်း။

\+ \+ \+

အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်း နိမိတ်ကွန့်မြူး၍ စကားပုံသာမည်ကိုပြခြင်း

ယောဂီသူမွန် ပုဂ္ဂိုလ်ချွန်တို့သည် မိမိတို့ ရအပ်သော နိမိတ်ကို ကွန့်မြူး၍ ကစားလိုသော် ကွန့်မြူးပုံ ကစားပုံတို့ကို သာမည်ပြဦးအံ့၊ ဤသို့ပြရာ၌လည်း လက်ဆပ်လည်းမဟုတ်၊အတ္တကိစ္စလည်းမဟုတ် သဖြင့် မလွယ်ကူလှပါ၊သို့ပေမင့် ဆရာတော်

ဘုရားကြီး၏ အမိန့်တော်ဖြင့် အသုံးချနိုင်အောင် သဲလွန်စဲ သာမညသိသာရန် ပြပါဦးအံ့။

အားထုတ်အံ့သော ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်တို့သည် ရှေးကလို မယိမ်းမယိုင် ကောင်းစွာထိုင်လျက်၊ မိမိ၏ ရှေ့တူရူ တည့်တည့် မျက်နှာနှင့်လျော်အောင် အနိမ့်အမြင့်နှင့် အဝေး အကွာ တဆယ့်ငါးတောင်လောက်မှတ်သား၍ မိမိယူထားအပ် သော ဒီဃဗန္ဓနနည်းဖြင့် "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ထွက်သက် ဝင်သက်၊ ထွက်သက်ဝင်သက်တို့ကို ဖြေးဖြေးနှေးနှေး သိမ်သိမ် မွေ့မွေ့ နူးနူးညံ့ညံ့ နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေပါ။

ဘယ်လိုနိမိတ်မျိုးပေါ်မည်ဟု မသိသဖြင့် အပြောရအပြ ရ ခက်ပါသည်။ ပေါ်ပြန်လျှင်လည်း ကွန့်မြူးလိုကစားလိုသော စိတ်ဆန္ဒပေါ်ပါဦးမှ၊ ကစားလိုသော်လည်း နိမိတ်ထနေပါဦးမှ၊ နိမိတ်ကနေပါမှ ကွန့်မြူး၍ ကစား၍ဖြစ်သည်၊ သို့မဟုတ်က မဖြစ် နိုင်ပါ၊ လိုသောဆန္ဒနှင့် တိုက်ဆိုင်ခဲ၏။

နိမိတ်ပေါ်၍ ကြာရှည်စွာနေလိုလျှင် အားထုတ်အပ် သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို သတိမလွတ်အောင် ဂရုစိုက်၍ အားထုတ်နေပါလျှင် ကြာရှည်နေတတ်ပါ၏။ သဘာဝအတိုင်း လည်း ဖြစ်တတ်ပါသည်၊ နည်းရှရုံ ကွန့်မြူးတတ်ရုံကစားဘတ် ရုံ ကျွမ်းကျင်တတ်ရုံ အသုံးချနိုင်ရုံ သာမညပြပါမည်။

သိမ်သိမ်မွေ့မွေ့ နူးနူးညံ့ညံ့ အားထုတ်နေစဉ် အချိန် ကာလကြာလာသောအခါ ဘာဝနာအဟုန်သတ္တိကြောင့် ထွက် သက်ဝင်သက်အခိုးနိမိတ်သည် နှာဝမှထွက်၍ မှတ်တိုင်၊ မှတ်တိုင်မှ နှာဝ၊ မထင်မရှားဝင်ထွက်နေလျှင် အနှလုံးသွင်းလုံ အစုံပါအောင်

အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် အားထုတ်ပေးပါက ထွက်ပေါ်နေသော နိမိတ်သည် ကြည်လင်လာပါ၏။

နိမိတ်ကြည်လင်လာသော် တခါဘခါ တမိုက်လောက် နှစ်မိုက်လောက် "ရှည်–ရှည်–ရှည်"ဟူသော ဒီဃပဗ္ဗနွ ထွက်သက်ဝင်သက်ကိုရှု၍ တွန်းလွှတ်လိုက်ပါ၊တဖန် နှာဝသို့ရောက်အောင်ရှိုက်၍ယူပါ၊ တခါနှစ်ခါလွှတ်၍မရသေးသော် အားထုတ်မြဲ ဒီဃပဗ္ဗနအာနာပါနသမထကိုပင် အားထုတ်နေပါဦး။

တခဏလောက်ကြာပြန်သောအခါ လွှတ်၍ ကွန့်မြူး ကြည့်ပါ၊လွှတ်၍ရသောအခါ တခဏလောက်ကွန့်မြူး၍ ကစားပြီး အားထုတ်မြဲကို ပြန်၍အားထုတ်နေပါ၊ နိမိတ်ပေါ်လာပြန်သောအခါ လက်ဝဲလက်ယာသို့ ယိမ်းယိုင်ကြည့်ပါ၊ရသောအခါ ဒါထက်ပိုလွန်၍ လွှတ်ကြည့်ပါ။ လွှတ်ကြည့်၍ရပြန်သောအခါ လက်ဝဲဘက်သို့ ဖျာလိပ်ကိုဖြန့်သကဲ့သို့ဖြန့်ကြည့်ပါ၊ မရသေးသော် အားထုတ်မြဲကို အားထုတ်နေပါဦး။

ကြာပြန်သောအခါ ဖြန့်ကြည့်ပါဦး၊ရသော် လက်ယာဘက်သို့ဖြန့်၍ကြည့်ပါ၊ရသော် ထိုဆက်လက်ဝဲလက်ယာ နှစ်ဘက်စလုံးဖြန့်ကြည့်ပါ၊(စိတ်ရှည်ရပါ၏)၊တခဏ တခဏသာ ကွန့်မြူးကစား၍ အားထုတ်မြဲ ဒီဃပဗ္ဗန အာနာပါနသမထကိုသာ အချိန်များစွာ အားထုတ်နေရပါသည်။

အကယ်၍များ ရွဲလုံးပမာ ဝင်းဝင်းဝါဝါ နီနီရွှေရွှေ ပေါ်နေသည်ကိုမြင်သော် ထို့အတူ ရွေ့သွားအောင် မြင့်သွားအောင် ထက်အောက်ဝဲယာ ကွန့်မြူး၍ကစားကြည့်ပါ၊ ဝေး

သွားအောင် နီးလာအောင်လည်း တစားကြည့်ပါ၊ အကြီးအငယ်လည်း အားထုတ်ကြည့်ပါလေ။

အကယ်၍များ မီးပန်းရေပန်း ရေမှုန်ရေမွှား စသောအသွင် ထင်မြင်လာသော် သက်ဝဲလက်ယာ ထက်အောက် မြောက်၍နိမ့်၍ ယိမ်း၍ယိုင်၍ ကွန့်မြူးကြည့်ပါ၊ရသောင်ရင်း၊ မရသော်ငြား ကွန့်မြူးကြည့်ပါလေ။

အကယ်၍များ မိမိ၏ရှေ့တူရူ ဖြူဖွေးသော ဂွမ်းရုပ်ကနေလားလို ဂွမ်းလုံးကလေးလို စသောနိမိတ်များ ထင်ပေါ်နေပါလျှင် ထွက်သက်ဝင်သက်အတိုင်း အနီးသို့ ရောက်အောင် အဝေးသို့ရောက်အောင် ဆွဲဆောင်၍ ကွန့်မြူး၍ကြည့်ပါ။

အကယ်၍များ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးအောက်မှ အထက်သို့ ကြွတက်၍ ကောင်းကင်မှာနေသည်ထင်လျှင် နေရာမှရွေ့အောင် ရွှေ့၍ကြည့်ပါ၊မြောက်၍ကြည့် ချကြည့်ပါ။မရသေးလျှင် အားထုတ်မြဲ ဣယပထနည်းကိုသာ အားထုတ်နေပါဦး။

အကယ်၍များ ရအပ်သောနိမိတ်ကို အဝေးသို့လွှတ်လိုက်လျှင် ပြန်ချင်မှပြန်သည်၊ပြန်သည်လည်း ရှိ၏။ မပြန်သည်လည်း ရှိ၏၊ပြန်သည်ဖြစ်စေ မပြန်သည်ဖြစ်စေ ရအပ်သောနိမိတ်ကို ကွန့်မြူးကြည့်ခြင်း တစားကြည့်ခြင်းသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အသေအလဲဖြစ်သည်၊ လော့လာ၍ လေ့လာသည့်အတိုင်း မဖြစ်သေး မပါသေးလျှင် ယူထားအပ်သောကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာကို ပခုနထား၍ အားထုတ်နေရပါသည်။

တခါတခါ အထွက်နိမိတ်မရှိသော်လည်း အဝင်နိမိတ် ထက်သန်စွာဝင်လာတတ်သည်။ ထက်သန်စွာဝင်လာသော နိမိတ်

ဖြင့်ပင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို စားစေရာ၏။ အဘယ်သို့ စားရပါမည် နည်း။ ထက်သန်စွာဝင်လာသောနိမိတ်ဖြင့် "ရှည်—ရှည်—ရှည်" ဟူသော ပရိကံအတိုင်း ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို "စားစေ—စားစေ— စားစေ"ဟု နိမိတ်ထိပ်ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို ခေါင်းက စ၍ စားစေရာ၏။ ကုန်အောင်စားသော် ခန္ဓာကြီးသည် ပျောက်သွား လေ၏။

အချို့ယောဂီများ စားစေသောအခါ ခေါင်းတွင် စား နေတတ်၏။ အချို့ယောဂီများ ကိုယ်တခြမ်းသာ စားသွား တတ်၏။ အချို့ယောဂီများ ကိုယ်တပိုင်းသာ စားတတ်၏ အချို့ယောဂီများ ခေါင်းကိုတောင် ကုန်အောင်မစားတတ်။ အချို့ယောဂီများ တကိုယ်လုံးကုန်အောင် တခါတည်းစားသွား တတ်ပါ၏။ တကိုယ်လုံး ကုန်အောင်စား၍ လူပျောက်သွား သော်လည်း မကြောက်အပ်၊ မလန့်အပ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ တို့၏ လေ့လာခြင်း၊ ကွန့်မြူးခြင်း၊ ကစားခြင်းသာ ဖြစ်ပေ၏ဟု မှတ်ရာ၏။

အကယ်၍များ ကွန့်မြူး၍မရသေးလျှင် နေသေး၍ မိမိ ယူထားအပ်သော ဒီဃဗန္ဓန အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းကို သာလျှင် "ရှည်—ရှည်—ရှည်"ဟု ပရိကံ ဘာဝနာကို လက် မလွှတ်ပဲ အားထုတ်မြဲ အားထုတ်နေရပါသည်။

အားထုတ်၍ ပရိကံဘာဝနာ အားကောင်းလာပြန်သော အခါ အမျိုးမျိုးသောနိမိတ်နှင့် ကြည်လင်သော နိမိတ်ချောင်း ကြီး ဖြစ်လာတတ်သည်။ ၎င်းနိမိတ်ချောင်းကြီးနှင့်ပင် ခန္ဓာကိုယ် ကြီးကို အုပ်၍ စားစေလိုက်လျှင် စားသွားသဖြင့်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး

ပျောက်သွားသည်။ မစားလျှင် မပျောက်ပါ၊ ပျောက်အောင် စားစေရာ၏။ တခါဖြင့် မရပ ်က နှစ်ခါ-သုံးခါ အားထုတ်ပါ။

အကယ်၍များ ပေါ်သောနိမိတ်ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ကြီးကို အုပ်၍ စားစေလိုက်လျှင် ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဖြူဖွေး၍ ဂွမ်းလုံး ဂွမ်းထုံးကြီးအသွင်ဖြစ်၍ နေတတ်ပါသေး၏။ ဤအခါ နိမိတ်ဖြင့် စားလိုလျှင် စားထားလိုလျှင်ထား၊ သို့မဟုတ်က ကြီးစေလိုလျှင်ကြီး၊ ငယ်စေလိုလျှင်ငယ်၊ မိမိ၏ ပရိကံလည်သလို ရွှံသမားအသွင် ထင်သလိုကွန့်မြူး၍ ကစားပါလေ။

ကျွန်ုပ်တို့အားထုတ်စဉ်က ပရိကံအားကောင်း၍ နိမိတ်သန်လျက် တကိုယ်လုံး အဖြူတုံးကြီးဖြစ်သွားသည်။ နိမိတ်ကြည်သောအခါ၊ စိတ်ရှည်ရှည် အားထုတ်နေလျှင် ခန္ဓာကိုယ်အကြည်တုံးကြီး ဖြစ်သွားသည်။ လိုသလို အဖြစ်မြန်သည်။ ဒီဃဗန္ဓနဖြင့် ဖြေးဖြေး နှေးနှေး သိမ်မွေ့စွာ အုပ်သွားက ကောင်းသည်ဟု ဆရာတော်ဘုရားကြီး အမိန့်ရှိဖူးပါ၏။ နှေးနိုင်လျှင် နှေးနှေး အုပ်ပါ၊ စားပါစေ။

အကယ်၍များ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် မိမိထိုင်နေသော နေရာကိုထား၍ တနေရာသို့ရောက်လျက် တခုခုသော ဂွမ်းလုံးကလေးအသွင် ဂွမ်းလုံးကြီးအသွင် ဂွမ်းရုပ်ကလေး အသွင် ဂွမ်းရုပ်ကြီးအသွင်ထင်မြင်၍ကစားလိုလျှင် "ရှည်-ရှည်-ရှည်" ဟူသော ပရိကံကိုကြီးလိုပါက ထွက်သက် ဝင်သက်အတိုင်း "ကြီးစေ-ကြီးစေ-ကြီးစေ"ဟု စိတ်သဲက နှလုံးသွင်းပေးပါ။

ငယ်စေလိုလျှင်လည်း ငယ်စေ၊ နီးစေလိုလျှင်လည်း နီးစေ၊ ဝေးစေလိုလျှင်လည်း ဝေးစေ၊ ပျောက်စေလိုလျှင်လည်း "ပျောက်စေ—ပျောက်စေ—ပျောက်စေ" စသည်ဖြင့် စိတ်ထဲက နှလုံးသွင်းပေးပါ၊ ဒါပေမင့် အနိဋ္ဌာရုံမျိုးမဟုတ်လျှင် မပျောက်စေရပါ။ ကွန့်မြူးသည့် သဘောမျိုးကိုသာ ကွန့်မြူးသည်ဖြစ်ပေ၏။

အနိဋ္ဌာရုံမျိုးဖြစ်၍ ဖျက်လိုလျှင် "ပျက်-ပျက်-ပျက်" ဟု စိတ်ထဲက နှလုံးသွင်းလိုက်ပါက ပျက်ပါသည်။

အကယ်၍များ ပတ္တမြားလုံးကြီးအသွင် ထင်မြင်လျှင် ရွှဲသမားအလား ကစားချင်သလို ကစားကြည့်ပါ၊ ဒါတွင် ပျော်ရွှင်၍မနေအပ်၊ မိမိပဓာနဖြစ်သော ဒီဃဗန္ဓန အာနာပါန မှထွက်၍ တခါတခါ ကွန့်မြူးရပါသည်။ ပဓာနလက်ကိုင်ကို အချိန်များပါစေ။

အကယ်၍များ ကွန့်မြူး၍ ကစားနေစဉ် ဗဟိဒ္ဓကစား နေရာမှ အဇ္ဈတ္တသို့ ဝင်သွားလျှင် မကြောက်မလန့်ပါနဲ့၊ အားထုတ်မြဲ အားထုတ်နေပါ၊ မဂ္ဂလသက်ဝင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အားထုတ်မြဲကမ္မဋ္ဌာန်းကို လွှတ်၍မထားအပ်ပါ။ ဤကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာအားကို ယူ၍ ကွန့်မြူးခြင်း၊ ကစားခြင်း၊ စားခြင်း၊ နိမိတ်ပွားခြင်း၊ နိမိတ်များစေခြင်း စသည်တို့ကို ပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သို့အတွက် ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို လွှတ်၍မနေအပ်ပါ။

အကယ်၍များ မိမိသည် ကြည့်လို ရှုလို ရောက်လိုသော အာရုံသို့ရောက်လို ရှုလို ကြည့်လိုသော် လွှတ်လိုက်သော နိမိတ်

အာရုံ ကွေးတောက်နေလျှင် ဖြောင့်ပြီးမှလွှတ်ပါ၊ လွှတ်လိုက်၍ ရောက်သဖြင့် မြင်ရ ကြည့်ရ တွေ့ရသော် ကြာရှည်စွာမထားပဲ ယူထားအပ်သော ပဓာန ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာအာရုံကို အချိန်မှန်မှန် အားရှိအောင် ပရိကံပြု၍ အားထုတ်နေရပါသည်။ မကြာမကြာ မကွန့်မြူးအပ်ပါ။

အကယ်၍ နိမိတ်ထူးဆန်းစွာ ဖြစ်ပေါ် တွေ့မြင်ရသော် ဣဋ္ဌာရုံပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အနိဋ္ဌာရုံပဲဖြစ်ဖြစ် မိမိ၏စိတ်ကို ထိန်းသိမ်းရန် မနိုင်ဘူးထင်လျှင်ဖျက်ပစ်ပါ။လျစ်လျူရှုနိုင်လျှင်ရှုပါ။အာဝဇ္ဇန နိုင်ပါစေ၊ နိုင်သောဝန်ကို သာ ထမ်းဆောင်ပါလေ။ မနိုင်သော ဝန်ကို မထမ်းဆောင်အပ်၊ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို မြဲအောင်နိုင်ပါစေ။

ထို့ကြောင့်ယူထားအပ်သော အာရုံမှတပါး ဗဟိဒ္ဓ အာရုံတို့ တွေ့ကြုံသော် ကဝစမိဘ–လမ်းဆုံလမ်းဝ လုမ်းလေးခွ ထက် စက်ဆုပ်ဘွယ်ကောင်းသော မစင်တွင်း၌ သွင်းထား သော အမှိုက်ကဲ့သို့ မငဲ့ကွက်ပဲ လျစ်လျူရှုကာ ယူထားအပ် သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာအာရုံကိုသာ နှစ်ခြိုက်စွာ ပဓာန ထား၍ အားထုတ်အပ်၏။

ဘာ ခါတပါး အချို့သောနိမိတ်များကို "ဂိစံပသာဒေတွာ" ဖြစ်လျက် အချို့သောနိမိတ်များ ဥပေက္ခာပြုခဲ့ရသည်ကို ဆရာ တော်ဘုရားကြီးအား လျှောက်ထားရာ ဥဒါသီဖြစ်အောင် ပြုလိုက်စမ်းပါဟု မိန့်တော်မူ၏။

အကယ်၍များ ပွားများအပ်သော "ရှည်–ရှည်–ရှည်" ဟူသော ဒီဃံဗန္ဓန အာနာပါနသမထဘာဝနာအဟုန်ကြောင့်–

ထူးဆန်းထွေလာ များစွာသော နိမိတ်အမျိုးမျိုးနှင့် ရွှေကြိုးငွေကြိုး ရွှေရောင်ငွေရောင် တပြောင်ပြောင်နှင့် အရောင်ဆန်း၍ တန်းတန်းမတ်မတ် သွားလာဝင်ထွက်သော နိမိတ်ဖြစ်စေ၊ ကွေ့ကောက်တွန့်လိမ်ခြင်းမှတင်း၍ ဖြောင့်တန်းသွားသော အခိုးချောင်းနိမိတ်ဖြစ်စေ၊အခိုးချောင်းကလေးကို အခိုးချောင်းကြီးလုပ်၍ လွတ်လိုက်ရာ ပါသောနိမိတ်ချောင်းကြီးကိုဖြစ်စေ၊ ပြကတိအတိုင်း ပြား၍ထွက်သာသောနိမိတ်ကိုဖြစ်စေ၊ ကြည်သည်ဖြစ်စေ၊မကြည်သည်ဖြစ်စေခေါင်းခုခွေကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဆင်နှာမောင်းခွေကဲ့သို့လည်းကောင်း အဆက်သို့လှန်ကာ လှန်ကာ လိပ်၍လိပ်၍ ခွေလိပ်သွားအောင် ကွန့်မြူး၍ ကစားကြည့်စမ်းပါ။

ကျွန်ုပ်တို့အခက်တွေ့ခဲ့ရ၏၊ တဦးအခက်တွေ့သော်လည်း တဦးမတွေ့တတ်ပါ၊ ပရိကံအားကောင်းကောင်းယူလျက် သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ ဤဒီဃဗန္ဓနအာနာပါန သမထဘာဝနာဖြင့် နှလုံးသွင်း၍ ခွေလိပ်ကြည့်စမ်းပါ၊အားပေးပါ၏။

အကယ်၍များ နိမိတ်အဘော်နိုင်၍ ကွန့်မြူးလိုသော ဆန္ဒဖြင့်ကွန့်မြူးလိုသော် တစ်မိုင်နှစ်မိုင်၊တစ်တိုင်နှစ်တိုင်၊ထောင်သောင်းသိန်းသန်း စသော ဇာတိခေတ်၊ အာဏာခေတ် စသည်တို့သို့ ရောက်အောင်ကွန့်မြူး၍ ကစားနိုင်ပါသည်၊ကစားလိုမှုရှိန္ဒနက်ရေပက်သည်ကို ပမာယူ၍ အာရုဗ္ဘခေတ် ကောင်းမြတ်သောစိတ်၊ ကောင်းလှသောဆန္ဒဖြင့် အားထုတ်၍ရအပ်သော နိမိတ်ကို မပျောက်မပျက်စေပဲ အားထုတ်နေပါလျှင် မွေ့မြူးထားအပ်သောနိမိတ်သည် အဘယ်မှာလျှင် ခိုင်း၍ ပြုပြင်

ပြောင်းလဲ၍မရပဲရှိပါအံ့နည်း၊ လိုရာသို့ရောက်အောင် ခိုင်းနိုင်တော့သည့်သာ တည်း၊နှစ်သက်စွာအားထုတ်အပ်၏။

အကယ်၍မျာ ရှဲလုံးကလေးအသွင် ရှဲလုံးကြီးအသွင်နိမိတ်ထင်မြင်လျှင် ရှဲခတ်သမားပမာ ဥပမာယူ၍ ရှေ့နောက်၊ ထက်အောက် ပင့်မြှောက်၍ သော်လည်းကောင်း၊ နှိမ့်ချ၍သော်လည်းကောင်း၊ အဝေးအကွာ ပို့၍သော်လည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ရှိသလို ကစားကြည့်ပါ၊ နိုင်သလိုဖြစ်ပါ၏။

အကယ်၍များ ရှဲလုံးအသွင်ဖြစ်စေ၊ နေဝန်း လဝန်းအသွင်ဖြစ်စေ၊ အခိုးချောင်း၊ မှန်ချောင်း၊ ဖန်ချောင်းအသွင်ဖြစ်စေ ထင်မြင်လျှင်ငါးမိုင်-ခြောက်မိုင်၊ သို့မဟုတ် မိမိရောက်ဖူးသော ဘုရားစေတီရှိရာသို့ မှန်းဆ၍ လွှတ်ကြည့်ပါ၊ ကောင်းစွာရောက်ပါ၏။ ရောက်သော် ပျော်မွေ့၍ မနေအပ်။

အကယ်၍များ မရောက်သေး မရသေးလျှင် ရအပ်ပြီးသော အာရုံနိမိတ်ကို "ရှည်-ရှည်-ရှည်" ဟူသော ဒီဃဗန္ဓနဒုတိယနည်းဖြင့် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ရှဲလုံးသွင်းလျက် စိတ်ရှည်ရှည်ထား၍ ဖြေးဖြေးနှေးနှေး သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ ရအပ်သောနိမိတ်ကို လွှတ်ကြည့်ပါ၊ မရမရှိပါ၊ စိတ်ရှည်ရှည်ထား၍ ဖြောင့်သွားအောင် လွှတ်ပါလေ။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားထုတ်အပ်သော ဘာဝနာအားကိုလိုက်၍ လွယ်လျှင်လည်း လွယ်တတ်ပါသည်။ ခက်လျှင်လည်း ခက်နေတတ်ပါသည်။ အာရဗ္ဗနှင့် ဘာဝနာဗလ ညီမျှလာသော် လိုသလိုရတတ်သဖြင့် သမာဓတွင်းမှ မထွက်လိုသောဆန္ဒများ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါ၏။ ဤသို့လည်း မဟုတ်အပ်၊

နိမိတ်ရသော်လည်းကောင်း၊ မရသော်လည်းကောင်း၊ နိမိတ်နိုင်သော်လည်းကောင်း၊ မနိုင်သော်လည်းကောင်း၊ ပဓာန မထားမူ၍ ကိလေသာနီဝရဏတို့ကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ပယ်နိုင်ခြင်းသည်သာ ပဓာနဟု သဘောပေါက်ကာ ဤအာနာပါန သမထ ဘာဝနာကို ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ရန်ကို သိအပ်၏။

ပြအပ်သော နိမိတ်ကွန့်မြူးပုံ စကားပုံ လေ့လာပုံတို့ကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အလေ့အလာ ပရိစယပြု၍ အားထုတ်ကြည့်ပါလျှင် တနေ့ထက်တနေ့ ရင့်သန်၍ အခက်အခဲမတွေ့နိုင်တော့ပဲ၊ ကွန့်မြူးနိုင် ကစားနိုင်တော့သည် ဖြစ်ပါ၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကွန့်မြူး၍ ကစားနိုင်ရန် ပြခဲ့ပြီးသော ဒီဃဗန္ဓနအာနာပါန သမထ၌ "ရှည်-ရှည်-ရှည်" ဟူသော ထွက်သက် ဝင်သက်ကို အာရုံပြုလျက်—

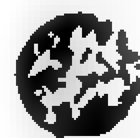
ထွက်သက်အခိုက် ရှည်....ရှည်....ရှည်၊
ဝင်သက် အခိုက် ရှည်....ရှည်....ရှည်။

ဟု မှတ်သားထားသော သင်္ကေတမှတ်တိုင်နှင့် နာဝ၊ နှာဝနှင့် သင်္ကေတမှတ်တိုင် အနုလုံ ပဋိလုံ အသွားအပြန် အရှည်ဖွဲ့နေအောင် အားထုတ်နေရပါသည်။ ဤလို အားထုတ်နေရာမှ ထွက်၍ ကစားရ ကွန့်မြူးရပါသည်။

ဤမျှလောက်သော သံလွန်စ ကစားပုံ၊ ကွန့်မြူးပုံသာမည စကားဖြင့်မင် ဤအာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်း၌ နိမိတ်ကစားပုံ၊ ကွန့်မြူးပုံတို့ကို သိအပ်တော့၏။ ချဲ့အပ်သည်တို့ကို ချဲ့လိုမူ ချဲ့လေဦးတော့။

ဤအာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်းမှတက်၍ အာနာပါန သမထ တတိယနည်းကိုတက်၍ အားထုတ်နိုင်တော့သည်။ တတိယ နည်းကိုတက်၍ အားထုတ်နိုင်တော့သဖြင့် ယောဂီသူမွန် ပုဂ္ဂိုလ် ချွန်၏ အာသီသဆန္ဒ အဇ္ဈာသယ ကိစ္စအားလျော်စွာ ကြည့်ရှု၍ တတိယနည်းသို့ တက်ပါလေ။

ဤကား အာနာပါနသမထ ဒုတိယနည်း နိမိတ် ကွန့် မြူး၍ ကစားပုံ သာမည ပြခြင်းပေတည်း။



အာနာပါနသမထ တတိယနည်း အားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်း

ထိုသို့ ပြအပ်ခဲ့ပြီးသော အာနာပါနသမထ ဒီဃဗန္ဓန ဒုတိယနည်းကို အားထုတ်ပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပရိပုဏ္ဏ ဖြစ်ပါသဖြင့် အာနာပါနသမထ တတိယနည်းသို့တက်၍ အား ထုတ်နိုင်ပေပြီ။ တတိယနည်းသို့ တက်၍ အားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒုတိယနည်း အားထုတ်စဉ်က ရအပ်သော ထွက်သက် ဝင်သက် နိမိတ်တို့ကို သတိမလစ်စေပဲ ရှေးဦးစွာ စိတ်၌ ထားအပ်၏။ ရှေးဦးစွာ စိတ်၌ထားအပ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ကို အဇ္ဈတ္တသို့သွင်း၍ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး သုံးပါးလုံးသော အရိပ်နိမိတ်ကို အကုန်လုံးသိအောင် အနုဗန္ဓန ဖုသနတို့ဖြင့် အစဉ် လိုက်၍ ထိုရာ ထိုရာမှတ်လျက် ဝင်သက် ထွက်သက်ကို တယော လဒ္ဓ ဟုဆိုအပ်သော သုံးချက်လုံးသိအောင် ရှုအပ် ရှိုက်အပ်၏။

အဘယ်ကဲ့သို့ သိရပါအံ့နည်းဟူမူ— ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဒုတိယနည်း၌ ဗဟိဒ္ဓ အပြင်သို့ထုတ်၍ အားထုတ်အပ်သော နိမိတ်ကို အဇ္ဈတ္တအတွင်းသို့ ဝင်သက် ဝင်စေအံ့ဟု ဝင်စေရာ၌ နှာဝသို့ ရောက်စဉ်၌ အစဟုမှတ်လျက် နှာဝမှ ရင်လယ် ရင်ချိုင့်သို့ရောက်အောင် တရိပ်ရိပ်ဝင်သွားရာ၌ ရင်လယ် ရင်ချိုင့်သို့ရောက်သောအခါ အလယ်— ဟု မှတ်၊ ရင်ချိုင့်မှ ချက်သို့ ရောက်အောင် တရိပ်ရိပ်ဝင်သွားရာ၌ ချက်သို့ရောက်သောအခါ အဆုံး-ဟုမှတ်၊ ဤ အစ အလယ် အဆုံး သုံးချက်စလုံး အပေါင်းကို ထင်မြင်အောင် မှတ်၍—

ထွက်သက် ပြန်ထွက်သောအခါ၌လည်း၊ ထွက်သက် ချက်သို့ရောက်သောအခါ၌ အဆုံး-ဟုမှတ်၊ ချက်မှ ရင်လယ် ရင်ချိုင့်သို့ရောက်အောင် တရိပ်ရိပ်ထွက်သွားရာ၌ ရင်လယ် ရင်ချိုင့်သို့ ရောက်သောအခါ၌ အလယ်—ဟုမှတ်၊ ရင်ချိုင့်မှ နှာဝသို့ရောက်အောင် တရိပ်ရိပ်ဝင်သွားရာ၌ နှာဝသို့ ရောက်သောအခါ၌ အစ—ဟုမှတ်၊ဤ အဆုံး အလယ် အစ သုံးချက်စလုံး အပေါင်းကို ထင်မြင်အောင်မှတ်၍—

ဝင်သက်ကို ဝင်သက်အလိုက်၊ ထွက်သက်ကို ထွက်သက်အလိုက် အစဉ်အတိုင်း ရောက်ရာ ရောက်ရာ၊ ထိုရာ ထိရာကို အလုံးစုံသော ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးအပေါင်းကို ထင်မြင်အောင် ကြည့်ရှုမှတ်သားလျက် အားထုတ်နေအပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ပါဠိတော်၌—

သဗ္ဗ ကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊ သဗ္ဗကာယ ပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

သဗ္ဗကာယ ပဋိသံဝေဒီ၊ အလုံးစုံသော ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးသော အပေါင်းကို ထင်စေလျက်။ အဿသိဿာမီတိ၊ ထွက်သက်ကို ရှူအံ့ဟူ၍။ သိက္ခတိ၊ အားထုတ်သဖြင့် ကျင့်၏။ သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ၊ အလုံးစုံသော ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးသော အပေါင်းကိုထင်စေလျက်။ ပဿသိဿာမီတိ၊ ဝင်သက်ကို ရှိုက်အံ့ဟူ၍။ သိက္ခတိ၊ အားထုတ်သဖြင့် ကျင့်၏။

ဤဒေသနာ ပါဠိတော်နှင့်အညီ အာနာပါန သမထ တတိယနည်းကို အားထုတ်အံ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပထမ နည်း ဒုတိယနည်းတို့က ပြခဲ့သော အာရုံစသည်တို့၌ စိတ်ထားပုံ အာဝေဏ စသည်တို့ကို သတိမူ၍ အားထုတ်အပ်သော ပဓာန အာရုံဟူသော အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းကို နှလုံးသွင်း ထင်စေ၍ အနုဗန္ဓန ဖုသနဖြင့် အားထုတ်အပ်၏၊ အားထုတ်ကြရမည်။

ဤကား အာနာပါနသမထ တတိယနည်းအားထုတ်ရန် ပြခြင်း အကြောင်းပေတည်း။

\+ + +

အာနာပါနသမထ တတိယနည်း အားထုတ်ပုံ အချုပ်ပြခြင်း

အာနာပါန သမထ တတိယနည်း အားထုတ်ပုံ အချုပ် ပြဦးအံ့။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးကလို ကောင်းစွာထိုင်၍ ယခု ပဓာနယူအပ်သော အာနာပါနသမထ တတိယနည်း သုံးချက် သိအပ်သော တယောလဒ္ဓ- ဘာဝနာအာရုံမှ တပါး တခြားသောအာရုံသို့ စိတ်သည် မရောက်မသွားစေမူ၍ အားထုတ် အပ်ကြောင်း၌ ပြအပ်ခဲ့သော "နှာဝအစ ရင်ချိုင့်အလယ် ချက် အဆုံး" သုံးပါးလုံး အပေါင်းကို အစဉ်မပြတ် ထိရာ ထိရာကို သိမြင်အောင် ကြည့်ရှုနှလုံးသွင်းလျက်-- ဝင်သက်က စ—ပါ ဝင်သက် ထွက်သက် ထိရာ ထိရာကို အာရုံပြု၍—

ဝင်သက်အခိုက် အစ....အလယ်....အဆုံး။

ထွက်သက်အခိုက် အဆုံး....အလယ်....အစ။

ဟု အစဉ်မပြတ်ကြည့်၍ သုံးချက်လုံးထိသည်ကို သိမြင်အောင် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်ရပါသည်။

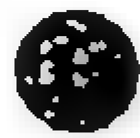
ဤသို့ ဝင်သက် ထွက်သက်၏ အနုဗန္ဓန ဗုသနတို့ဖြင့် အဇ္ဈတ္တအာရုံ၌ အသိအစဉ်မပြတ်အောင် အာရုံနှင့် အာရမ္မဏိက ထိရာ ထိရာ သိ၍ သိ၍ သတိမလစ်စေပဲ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ကြီး အားထုတ်အပ်သော အာရဗ္ဘဓာတ် ကောင်းမြတ်သော ဝီရိယဖြင့် အလုံးစုံသော အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းကို

သိလျက် သိလျက် ထင်မြင်၍ တဃောလဒ္ဓ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် နေ့ရက်များစွာ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်နေရပါသည်။

ဤသို့ မိမိ၏ စိတ်သည် တခြားတပါးသော အာရုံသို့ မပြေး မသွား မရောက်စေပဲ ယူထားအပ်သော အဇ္ဈတ္တပဓာန အာရုံ သုံးချက်လုံးအပေါင်းကိုသာ သိအောင် ပဓာနထား၍ အားထုတ်နေပါသေး၏။ အာဝဇ္ဇန စသည်တို့ကိုလည်း ပြခဲ့သည့်အတိုင်း သိပါလေ။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်နေစဉ် ပရိကံဘာဝနာ အဟုန်ကြောင့် အာရုံနိမိတ်များပေါ်၍ကွေ့သည် ကောက်သည် မဖြောင့်သည် မရောက်သည် ကျော်လွန်သည် သဘောကျသည် မကျသည် စသည်များဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ယခင်က ပြခဲ့သလို ပြုပြင်၍ ပြုပြင်၍ သုံးချက်လုံးသိရသော တဃောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်အောင်သာ စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့်ထားလျက် နေ့ရက်မပျက် အားထုတ်အပ်၏။

ဤကား အာနာပါနသမာဓိ တဃောလဒ္ဓ အားထုတ်ပုံ အချုပ်ပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။



တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်ကိုပြခြင်း

ဤအာနာပါန သမထ တတိယနည်း၌ တယောလဒ္ဓ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုပြဦးအံ့။ ထိုအာနာပါန သမထ တတိယနည်းကို အစ အလယ် အဆုံးဟူသော သုံးပါးလုံးအပေါင်းကို အနုဗန္ဓန ဖုသနတို့ဖြင့် အစဉ်အတိုင်း ထိရာထိရာကိုသိ၍ တယောလဒ္ဓ ဖြစ်အောင် အားထုတ်ရာ၌ တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်ကိုပြဦးမည်။

(၁) အကြင်သူသည် နှာဝနှာသီးဖျား၌သာ မှတ်မိ၏၊ ရင်လယ်ရင်ချိုင့်သို့ ရောက်ရာ၌လည်းကောင်း၊ ချက်သို့ရောက်ရာ၌လည်းကောင်း၊ မမှတ်မိ မသိလိုက်၊ ထိုသူသည် အာဒိလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်သာမည်၏။

(၂) အကြင်သူသည် ရင်လယ်ရင်ချိုင့်၌သာမှတ်မိ၏၊ ချက်သို့ရောက်ရာ၌လည်းကောင်း၊ နှာဝနှာသီးဖျားသို့ရောက်ရာ၌လည်းကောင်း၊ မမှတ်မိမသိလိုက်၊ ထိုသူသည်မဇ္ဈေလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်သာမည်၏။

(၃) အကြင်သူသည် ချက်၌သာမှတ်မိ၏၊ ရင်လယ်ရင်ချိုင့်သို့ရောက်ရာ၌လည်းကောင်း၊ နှာဝနှာသီးဖျားသို့ရောက်ရာ၌လည်းကောင်း မမှတ်မိ မသိလိုက်၊ထိုသူသည် အန္တောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်သာမည်၏။

(၄) အကြင်သူသည် ဝင်သက်ထွက်သက်၏ နှာဝ-နှာသီးဖျား ရင်လယ်ရင်ချိုင့်ချက်၊ ချက် ရင်လယ်ရင်ချိုင့်နှာဝနှာသီးဖျား-ဟူသောသုံး ပါး လုံးသော အရပ်တို့၌ အစဉ်လျှောက်၍ ထိတိုင်းထိတိုင်း မှတ်မိ၍ သိ၏၊ ထိုသူသည်သာလျှင် သုံးပါးလုံး သိသော တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်မည်၏။

ဤအစအလယ်အဆုံး သုံးပါးလုံးအပေါင်းကို သိ၍ သိမ်းဆည်းနိုင်သော လေးယောက်မြောက် တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်နှင့်တူစွာ အာနာပါန သမထ အနုပဿန ဖုသန တတိယနည်း အဖွဲ့တွင်နှလုံးသွင်းပုံကို ဖြစ်စေအပ်၏။

ကော... သဗ္ဗပိ ပါကဋ္ဌံ ဟောတိ၊ သော သဗ္ဗံပိ ပရိဂ္ဂဟေတုံ သက္ကောတိန ကတ္ထစိ ကိလမတိ၊တာဒိဝသေန ဘာဝိတဗ္ဗံ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

ကေဿ၊တယောက်ယောက်သော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်အာ...သဗ္ဗံပိ၊အလုံးစုံသော ဝင်သက်ထွက်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးအပေါင်းသည်လည်း။ပါကဋ္ဌံ၊ အထူးသဖြင့် ထင်ရှားသည်၊ဟောတိ၊ဖြစ်၏။သော၊ထိုသူသည်။သဗ္ဗံပိ၊ အလုံးစုံသော ဝင်သက်ထွက်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံးသုံးပါးလုံးအပေါင်းကိုလည်း။ ပရိဂ္ဂဟေတုံ၊ သိမ်းဆည်းခြင်းငှာ။ သက္ကောတိ၊စွမ်းနိုင်၏။ကတ္ထစိ၊အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းတို့တွင် တပါးပါးသောအရပ်၌။နကိလမတိ၊မပင်ပန်း။

တာဒိဝသေန၊ ထိုသို့သဘောရှိသော လေးယောက်မြောက်ဖြစ်သော တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်နှင့်တူသည်သာလျှင်၊ ဘဝိတဗ္ဗ၊ ဖြစ်ရာ၏။

တာဒိဝသေန ဘဝိတဗ္ဗန္တိ စတုတ္ထ ပုဂ္ဂလ သဒိသေန ဘဝိတဗ္ဗံ။(မဟာ)

ဤသို့အာနာပါန သမထ တတိယနည်းကို အားယုတ်စီးဖြန်းသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤသို့ပြအပ်သောလေးယောက်မြောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းကို ချမ်းသာစွာ ထင်မြင်၍ လေးယောက်မြောက် ဘယောလဒ္ဓ ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် အမျိုးမျိုး သတိဆောင်လျက် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်အပ်၏၊ အားသုတ်ကြပါကုန်လော့။

ဤသို့သုံးပါးလုံး ထင်သော တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်ကို သိအပ်၏။

ဤကား တယောလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်ကိုပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

တတိယနည်း၌ ထင်မြင်တတ်သော နိမိတ်တို့ကို သာမညအမြွက်မျှပြခြင်း

ထိုသို့ပြခဲ့သော အာနာပါန သမထ တတိယနည်းကို အားထုတ်ရာ၌ တယောလဖွဲ့မည်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်၍ နေ့ရက်များစွာ ကြာလာသော်အခါ ဒုတိယနည်း၌ ထင်မြင်ခဲ့သော နိမိတ်တို့သည် ကြည်လင်စွာဝင်လာသကဲ့သို့၊ ထွက်သကဲ့သို့ ကြည်လင်စွာထင်မြင်တတ်ပါ၏။

အဘယ်ကဲ့သို့ ထင်မြင်ပါသနည်း ဟူမူ....ဖန်ဖြူမှန်ဖြူဖြင့် ပြီးသောလူရုပ်၏ ဝမ်းတွင်းထဲသို့ ကြည်လင်စွာသောရေကို နှာဝမှ သွန်းလောင်းလိုက်သည်ရှိသော် အနီးအနား၌ ရှိသောသူသည် သွန်းလောင်းလိုက်သောရေကို တရိပ်ရိပ်ဝင်သွားသည်ကို ၎င်းသွန်းလောင်းလိုက်သောရေသည် နှာဝအစ၌ရှိသေး၏၊ ရင်ဝအလယ်သို့ တက်အောင် ပိုက်ပြွန်ဖြင့် မှုတ်လိုက်သည် ရှိသော် ရေသည် ချက်အဆုံး၌ရှိသေး၏၊ ရင်ဝအလယ်သို့ ရောက်ပြီ၊ နှာဝအဆုံးသို့ ရောက်လေပြီဟူ၍၎င်း၊ ဝင်တိုင်း ဝင်တိုင်း၊ ထွက်တိုင်း ထွက်တိုင်း မျက်စိဖြင့် ထင်မြင်ရသကဲ့သို့ ထို့အတူ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အဇ္ဈတ္တ၌ သွားလာဝင်ထွက်နေသော အတွင်းနိမိတ်များကို ထင်မြင်တတ်ပါ၏။

သို့မဟုတ် အချို့ တမျိုးတမည်သော နိမိတ်တို့ကိုလည်း ထင်မြင်တတ်ပါ၏။ ပရိကံအားကောင်းပါမှ ထင်မြင်ရလေသည်။ ယုံကြည်အပ်သော တရားလည်းရှိရလေသည်။

ငှင်းနည်း အချို့ချို့သော သူတို့အား ပုလဲလုံးကလေးများဆက်ကာ ဆက်ကာသွားသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ဆင်းသည်-တက်သည်ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ဖန်ပြွန် ဖန်ပိုက်ထဲသို့ ဆေးလိပ်မီးခိုးတရိပ်ရိပ် ဝင်သွားသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ရေငွေ့ ပွက်၍ တက်သည်-ဆင်းသည်ဖြစ်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ မီးခိုးတလူလူ ထွက်နေသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ မီးပွား မီးပန်း မီးပေါက် တဖြောက်ဖြောက်ဖြစ်နေသကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ရေပန်း ရေပွက် လျှပ်ပြက်နှင့် တလက်လက် ဆက်ကာ ဆက်ကာ တဝင်းဝင်းနေသကဲ့သို့လည်းကောင်း ထင်မြင်တတ်ပါသည်။

မိုးရေ မိုးပေါက်တို့သည် တဖြောက်ဖြောက်ရွာချသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ လေလှိုင်း၍ တလိပ်လိပ် တရိပ်ရိပ်သွားနေသော ရေလှိုင်းကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မိုးတိမ်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ အလုပ်ပရိကံရင့်၍ ဘာဝနာအားသန်လာသောအခါ ပြွတ်ဖြင့်ထိုးလိုက်သော ရေပန်းကဲ့သို့ တဖွားဖွားထွက်လာသော ရေမှုန် ရေမွှား ရေပန်းများကိုလည်းကောင်း၊ ကောင်းကင်မှ ကျဆင်းလာသော မိုးရေ မိုးပေါက်ကိုလည်းကောင်း၊ ကောင်းကင်မှ ကျဆင်းလာသော သဲမြောင်းကြီးကိုကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ရေတံခွန်လျှောက်မှ ကျဆင်းလာသော ရေချောင်းကြီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း ထင်မြင်တတ်ပါ၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တယောက်နှင့်တယောက် တူသော နိမိတ်လည်းရှိ၏။ မတူသောနိမိတ်လည်း ရှိ၏၊ တူသည်ဖြစ်စေ မတူသည်ဖြစ်စေ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ဘို့ တရားအားထုတ်ရာ၌ ပရိကံ အားကောင်း၍ ပဟာဝတမ္ဗတရားကို ပယ်နိုင်နေဖို့သာ ဖြစ်ပါ၏။

အချို့ တခါတခါလ ပရိကံ အာ ကောင်း၍ ဘာဝနာ အဟုန် အားကောင်းလာသောအခါ ဝမ်းတွင်း၌ လင်း၍ ဝင်း ခနေသော နိမိတ်မျိုးကိုလည်း ထင်မြင်တတ်ပါ၏။ ဝမ်းတွင်း၌ ဟာလာဟင်းလင်း ပွင့်နေသော နိမိတ်မျိုးကိုလည်း ထင်မြင် တတ်ပါ၏။ မကြောက်အပ်ပါ၊ ကြောက်စရာလည်း မဟုတ် ပါ၊ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အဇ္ဈတ္တအား ဘာဝနာအား အာရဗ္ဘအား ဝီရိယအား ပဂ္ဂဟအား မနသိကာရ အား မတူကြသဖြင့် မတူကြသော နိမိတ်များ ထင်မြင်ကြပါ သည်၊ ထင်သည်ဖြစ်စေ၊ မထင်သည်ဖြစ်စေ ဤအာနာပါန သမထ တယောလဒ္ဓ တတိယနည်းကို အားထုတ်ခြင်းသည် ကိလေသာ နီဝရဏတရားတို့ကို ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ငြိမ်းအောင် ပယ်နေပေ၏ဟု မနသိကာရ—နှလုံးသွင်း ကောင်းကောင်းထား လျက် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်အပ်၏။

ဤကား အာနာပါနသမထ တတိယနည်း၌ ထင်မြင် ဘတ်သော နိမိတ်တို့ကို သာမည အမြွက်မျှ ပြခြင်းပေတည်း။

....

အာနာပါန သမထ တတိယနည်း၌ နိမိတ်ခဲ့၍ ကွန့်မြူးပုံ သာမည ပြခြင်း

ဤအာနာပါနသမထ တတိယနည်းကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အစ အလယ် အဆုံး ဟူသော ပဓာန အဖွဲ့တွင်၌ နှလုံးသွင်းနေရာ ထင်မြင်သော နိမိတ်တို့ကို ခွဲ၍ ခွဲ၍ အားထုတ်နိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကဲ့သို့ ခွဲ၍ ခွဲ၍ အားထုတ်ရပါအံ့နည်း။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားထုတ်နေသော အလုံးစုံသော ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးသော သဗ္ဗကာယ ပဋိသံဝေဒီ ကိုခွဲ၍ အားထုတ်အပ်၏။ အားထုတ်ရန်မှာ--

ကောင်းစွာထိုင်လျက် ပဓာနအားထုတ်နေသော အလုပ်မှ တိုးခဲ့တက်၍ ဦးခေါင်းထိပ်က အစ ရင်ချိုင့်အလယ် တင်ပါးစွန်း အဆုံးထား၍ သုံးပါးလုံး အပေါင်းကို ထင်မြင်လျက် တယောဂလဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ရာ၏။

အားထုတ်ပုံကား—

၁။ သွင်းလိုက် ထုတ်လိုက်သော ဝင်သက် ထွက်သက် ကို ရောက်ရာ ရောက်ရာ ထိရာ ထိရာကို အာရုံပြုလျက် ထိပ်က စ၍သွင်း။

၂။ ဝင်သက်အခိုက်—အစ အလယ် အဆုံး တင်ပါး စွန်းက ပြန်၍သွင်း။

၃။ ထွက်သက်အခိုက်— အဆုံး အလယ် အစ ဟု သုံးပါးလုံး ထင်မြင်အောင် နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေပါ၊ အ တော် ကြာ သော အ ခါ ပဓာနကို ပြန်၍အားထုတ်ပါ။

အတော်ကြာပြန်သောအခါ ခွဲ့သည့်ကိုပြန်၍ အားထုတ်အပ်၏။ အားထုတ်နေစဉ် တခါတခါ ထွက်သက် ဝင်သက် အတိုင်း၊ အထက်သို့ လွင့်တင်လိုက် အောက်သို့ လွှင့်ချလိုက်ဖြင့် နိမိတ်ကိုကွန့်မြူးကြည့်ရာ၏။ တခါတခါ ကွဲန့်မြူးပြီးသောအခါ ပဓာနကိုပြန်၍ အားထုတ်နေရာ၏။ ဉာဏ်ရှိသလို တိုးချဲ့၍ အားထုတ်ပါ။

အားထုတ်၍ နိမိတ် အရိပ် ပါလာသော် ဆက်ကာ ဆက်ကာ အားထုတ်ပါ၊ နိမိတ်ပါလာသော် လည်းကောင်း၊ မပါသော်လည်းကောင်း ခွဲ့၍ကွန့်မြူးကြည့်ပါ၊ ယော်ဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပဓာနလုက်ကိုင် အလုပ်ကို လက်မလွှတ်အပ်၊ သဘော ပေါက်လျက် မပျက်သော အားထုတ်ခြင်းရှိပါစေ။

ထို့ထက် နိမိတ်တက်၍ အထင်များလာသော် ခွဲ့ပါဦး၊ ခွဲ့ရန်မှာ— ထိပ်အထက် တတောင်-အစ၊ ရင်ချိုင့်— အလယ်၊ တင်ပါးစွန်းအောက် တတောင် အဆုံးထား၍ ဤသုံးပါးလုံး အပေါင်းကို ထင်မြင်သော တယောလဒ္ဓ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်အောင် ဆောင်၍ အားထုတ်ပါလေ။

နိမိတ်များ သွက်သွက် ထင်မြင်လာသော် ရင်ချိုင့်ကို အလယ်ထား၍ အထက်သို့ ဆယ်တောင်၊ ဆယ့်ငါးတောင်၊ အောက်သို့ ဆယ်တောင် ဆယ့်ငါးတောင် ချဲ့၍ ချဲ့၍ တယောလုဒ္ဓ ဖြစ်အောင် အားထုတ်ကြည့်ပါ။ အားထုတ်၍ နိမိတ်ပါသော်ငင်း၊ မပါသေးသော်ငင်း၊ ပဓာနကိုအချိန် များများလည်း အားထုတ်ပါ။ နိမိတ်ပါအပ်ပါ၏။

ပဓာနတား အဇ္ဈတ္တ၌ ဝင်ထွက်နေသော ထွက်သက် ဝင်သက်ကို အာရုံပြု၍ သိလျက် သိလျက်....

ဝင်သက်အခိုက် အစ....အလယ်....အဆုံး။

ထွက်သက်အခိုက် အဆုံး....အလယ်....အစ။

ဟု သုံးပါးလုံး အပေါင်းကိုသိ၍ ထင်မြင်နေအောင် ပဓာန ထားကာ အားထုတ်နေအပ်၏၊ မူလပဓာနဖြစ်၏။

ပဓာနအားဖြင့် သုံးပါးလုံးသိအောင် အားထုတ်၍ အမျိုးမျိုးသောနိမိတ် ထင်မြင်လာသော် ဤသုံးချက်မှအထက် အဆင့်ဆင့်တက်နိုင်သမျှတက်အောင်ငေ လွှင့်လိုက်ပါ။ အောက်သို့ ဆင်းနိုင်သမျှ ဆင်းလေအောင် လွှင့်လိုက်ပါ။ ဤသို့လည်း ကွန့်မြူး၍ ကစားကြည့်ပါ၊ ရှေ့နောက် ဝဲယာတို့၌လည်း ထို့အတူ၊ တထွာ၊ တတောင်၊တဆယ့်ငါးတောင် စသည်ဖြင့် ချဲ့၍ ချဲ့၍အားထုတ်ကြည့်ပါ။

အကယ်၍နားမျက်စိစသည်တို့ကလည်း နိမိတ်ကိုထုတ်၍ ရပါမူ ထုတ်၍ထုတ်၍လွှင့်ကြည့်ပါ၊ မရသေးသော် ပဓာနကိုပင် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ်နှလုံးသွင်းအားထုတ်၍ ဘာဝနာအဟုန် ကြောင့် လွှင့်အပ်သောနိမိတ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ ပရိကံဖြင့်

ဝိရိယရှိပါစေ၊ လိုရင်းကတော့ ကိုယ်သေသာနီဝရဏတို့ကို ပဟာန် အားဖြင့် ပယ်နေခြင်းဖြစ်သည်။

အကယ်၍များ ရေပန်းနိမိတ်၊ မီးပန်းနိမိတ် ထွက်လာသော် အထက်သို့နည်းနည်း၊ အောက်သို့နည်းနည်း လှည့်ကြည့်ပါ၊ရလျှင်ရသလိုချဲ့၍ ကွန့်မြူးကြည့်ပါ၊ တခါတခါရနေသော နိမိတ်များသည် အဇ္ဈတ္တ၌မထင်ပဲ၊ဗဟိဒ္ဓ၌သာ ထင်မြင်နေတတ်၏။ဗဟိဒ္ဓ၌ ထင်သောနိမိတ်များကို အဇ္ဈတ္တသို့ဝင်အောင်လည်း ပဓာနဘာဝနာဖြင့် သွင်းပေးပါ၊ ဝင်တတ်ပါ၏။

တခါတခါ အထက်၌ထင်မြင်သော်လည်း အောက်၌ မထင်ပဲဖြစ်နေတတ်၏၊အောက်၌ထင်သော်လည်းအထက်၌မထင် တတ်ဖြစ်နေ၏။ အထက်၌ အထင်များလာသော်ရင်း၊ နိမိတ်ဖြင့် မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ထိပ်ကစ၍ "စားစေ—စားစေ— စားစေ" ဟူသော စိတ်စေတနာဖြင့် စားစေရာ၏။

ဤသို့စားစေရာယမ်းတုံးကိုမီးဖြင့်တို့လိုက်သလို တကိုယ်လုံးဖြင့်လည်း စားတတ်၏၊ တပိုင်းဖြင့်လည်း စားတတ်၏။ တခြမ်းဖြင့်လည်း စားတတ်၏၊မစားပဲလည်းနေတတ်၏။ မစားပဲ နေသော် နိမိတ်ဖြင့်နာနာဖိ၍ ထွက်သက် ဝင်သက်အတိုင်း "စားစေ—စားစေ—စားစေ" ဟု စားစေရာ၏။ ဘယ်နည်းဖြင့် စားစား၊စားသွားအောင် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ်အားထုတ်အပ်၏။ စားသော်တကိုယ်လုံးပျောက်၍ ဟာလာဟင်းလင်းကောင်းကင် ကဲ့သို့ဖြစ်၍နေတတ်ပေ၏။

အကယ်၍ ဤနိမိတ်မျိုးမဟုတ်ပဲ ဘယ်နိမိတ်မျိုးဖြစ်ဖြစ် ဖြစ်ပေါ်သော နိမိတ်ကို ချဲ့လိုမူလည်းချဲ့၊ ကစားလိုမူလည်း

ကစား အားရှိသလိုလုပ်၍ ကြည့်နိုင်ပါသည်။ ဘာဝနာအဟုန် အားကောင်းပါစေ၊ အကယ်၍များ အထက်နိမိတ် အားပျော့၍ အောက်နိမိတ်အားကောင်း၍ ထက်သန်သော် တင်ပါးစွန်းက စ၍ "စားစေ—စားစေ—စားစေ" ဟု ထွက်သက် ဝင်သက် အတိုင်းစားစေရာ၏။

လက်ဝဲလက်ယာ နိမိတ်များလေ လာ၍ ထက်သန်ရာ၌ လည်း၊ ထို့အတူ ထက်သန်သောနိမိတ်ဘက်က စားစေရာ၏။ မစားသော်ငြင်း၊ စားသော်ငြင်း၊ ခဏလောက် ခဏလောက်သာ ပြုလုပ်၍ ပဓာနအလုပ်ကိုပင် အချိန်ကာလမှန်မှန် ပွားများ၍ အားထုတ်နေရပါသည်။ အားထုတ်ဖန်များသောအခါ အဇ္ဈတ္တ နှင့်ဗဟိဒ္ဓမခြားမလပ်ပဲ တစပ်တည်းဟာလာဟင်းလင်းဖြစ်သွား တတ်ပါ၏။ ဖြစ်ပါစေ၊ သမထ၏ အစွမ်းဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ဗဟိဒ္ဓနိမိတ်ဖြင့် ဉာဏ်ကျက်စား၍ ကစားစေရာ စားစေရာ၊ စား၍ကစား၍ထင်မြင်လာသောအခါတို့၌ အဇ္ဈတ္တ သာ နေတတ်လေ၏။ အဇ္ဈတ္တသို့ဝင်သော ထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂနိမိတ်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းကိုကြည့်ရှု၍ နှလုံးသွင်းနေပါလေ။

အဘယ်သို့ ကြည့်ရှု၍ နှလုံးသွင်းသိရပါအံ့နည်း။ ငါ၏ ထွက်သက် ဝင်သက် နိမိတ်သည် နှလုံး သွင်းခဲ့သည့်အတိုင်း နှာဝ ရင်လယ် ချက်ရောက်ပြီ၊ ချက် ရင်လယ် နှာဝရောက်ပြီ ဟုသိသဖြင့် ပဋိသံဝေဒီသာရှိသေး၏။

အကြောင်းသူသည် သဗ္ဗကာယ၏ အတ္တကွဲရဖြစ်အောင် ရှုရှိုက်၍ အားထုတ်လိုသော် နှလုံးသွင်းခဲ့သည့်အတိုင်း ထိပ်

ရင်လယ် တင်ပါးသို့ရောက်ပြီ၊ တင်ပါး ရင်လယ် ထိပ်သို့ရောက်ပြီဟူ၍ ထွက်သက် ဝင်သက်နိမိတ်ကိုကြည့်ရှု၍ လေ လာကာ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းတို့၌ နှလုံးသွင်းခဲ့သည့်အတိုင်းလိုက်၍ လိုက်၍ ရှုရမြိုက်ရမည်။

ထိုထက်တက်လိုသော် ထိပ်ထက်ဘထွာ၊ တင်ပါးစွန်းအောက်တထွာ စသည်ဖြင့် အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းတို့၌ လေ့လာ ပွားများအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အကြား၌မရပ်မူ၍ လိုက်ကာ လိုက်ကာ နှလုံးသွင်းလျက် ထင်မြင်အောင် အားထုတ်အပ်တော့၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာကို ပွားများ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပြခဲ့သော အဇ္ဈတ္တနှင့်ဗဟိဒ္ဓ၊ ဗဟိဒ္ဓနှင့် အဇ္ဈတ္တ အကြားမလပ် တစပ်တည်း ဖြစ်သွားအောင် ပင့ဂုဏ လေးသမားကဲ့သို့ ကြိုးကြိုးစားစားလေ့လာပါလျှင် အဇ္ဈတ္တနှင့် ဗဟိဒ္ဓ တစပ်တည်း ဖြစ်သွားလေ၏။ ဤသို့သော အနက်သဘောကိုရည်၍ အဋ္ဌကထာ ဆရာမြတ်တို့သည်....

တေနသ ပင့ဂုဏကမ္မဋ္ဌာနံ အဋ္ဌတွာ အပရာပရံ သဉ္စရဏကာလော ကထိတော။ (မူလ-အဋ္ဌကထာ)

အပရာပရံ သဉ္စရဏကာလောတိ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဓမ္မေသုပိ နိရန္တရံဝါ ဘာဝနာယ ပဝတ္တနကာလော ကထိတော။ ။ (ဋီကာ)

ဝေတေနှ၊ ထို အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓ ဟူသော ပါဠ်ဖြင့်။ အဿ၊ ထိုယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်၏။ ပဂုဏကမ္မဋ္ဌာန်၊ လေ့လာအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို။ အဋ္ဌတွာ၊ အကြား၌ မရပ်မူ၍။ အပရာပရံ၊ ထိုမှ ဤမှ။ သဉ္စရဏကာလော၊ ပြောင်းရွေ့သော ကာလကို။ ကထိတော၊ ဟောတော်မူအပ်၏။

အပရာပရံ သဉ္စရဏကာလောတိ။ ကား။ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓ ဖြစ်ကုန်သော။ ဓမ္မေသုပိ၊ တရားတို့၌လည်း။ နိရန္တရံဝါ။ အကြားမလပ်သည်ကိုလည်း။ ကတွာ၊ ပြု၍။ (ထည့်)။ ဘာဝိနာယ၊ ပွားများအပ်သော ဘာဝနာ၏။ ပဝတ္တနကာလော၊ ဖြစ်သောကာလကို။ ကထိတော၊ ဟောတော် မူအပ်၏။

ဤသို့ ပြခဲ့သည်တို့ကား ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်၏ လေ့လာအပ်သော သမထ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို အကြား အကြား၌ မရပ်မူ၍ အဇ္ဈတ္တနှင့် ဗဟိဒ္ဓ၊ ဗဟိဒ္ဓနှင့် အဇ္ဈတ္တ ဖြစ်ကုန်သော တရားတို့ ပြောင်းရွေ့သောကာလပြု၍ ပွားများအပ်သော ဘာဝနာ၏ ဖြစ်သောကာလကို ဟောတော်မူ၏။

ဤသို့ ယောဂါဝစရ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ယူထားအပ်သော ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး၊ ထွက်သက်၏ အဆုံး အလယ် အစ-ဟု ပွားများ၍ လေ့လာအပ်သော ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို အကြား အကြား၌ မရပ်မူ၍ အဇ္ဈတ္တနှင့် ဗဟိဒ္ဓ၊ ဗဟိဒ္ဓနှင့် အဇ္ဈတ္တ အကြားမလပ် တစပ်တည်းပြု၍ ပွားများအပ်သော ဘာဝနာဖြစ်အောင် အားထုတ်အပ်တော့၏။

ဤကား အာနာပါနသမထ ဟတိယနည်း၌ နိမိတ်ကို ချဲ့၍ချဲ့၍ ကွန့်မြူးပုံ သာမည ပြခြင်း စကားရပ်ပေတည်း။

\+ \+ \+

အာနာပါနသမထ တတိယနည်းကို အတူးသဖြင့် အားထုတ်ရန် ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပြအပ်ခဲ့သော အာနာပါနသမထ တတိယနည်းကို အတူးသဖြင့်အားထုတ်ကြရဦးမည်၊ အားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အားထုတ်လိုမူ အားထုတ်ရန် တို့ကား—

၁။ တတိယနည်းကို အားထုတ်၍ အားရှိသော တယောလဒ္ဓ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အင်အလယ် အဆုံး၊ သုံးပါးလုံးကို အနုံဗန္ဓန ဖုံသန တို့အတိုင်း မှတ်၍ မှတ်၍ မပြတ်မလပ် အထူးသဖြင့် ရှူဖန် ရှိုက်ဖန် အားထုတ်ဖန်များလတ်သော် ဖြစ်ပေါ်လာအပ်သော နိမိတ်တို့သည် နူးညံ့သည်ထက် နူးညံ့၍ တရ တမ အဖြစ်ဖြင့် အလွန့်အလွန် ကြည်လင်လျက် အလယ်၌ ဖန်တိုင် မှန်တိုင်နှင့် တူစွာ ကြည်လင်သော မဏ္ဍိုင်စိုက်သကဲ့သို့ ကြည်လင်စွာ ထင်မြင်လာပါ၏။ (စိတ်မချောက်ချားအပ်။)

၂။ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကိုယ်၏ တခြမ်းဖြင့်လည်း ကြည်လင်စွာ ထင်မြင်တတ် ပါ၏။ (စိတ်မကြောက်မလန့်အပ်။)

၃။ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကောင် လုံးကျွတ်ဖြင့်လည်း ကြည်လင်စွာ ထင်မြင်တတ် ပါ၏။ (စိတ်ကြီးမဝင်အပ်။)

ထိုသုံးယောက်တို့တွင် ကိုယ်၏ အလယ်၌ ဖန်တိုင် မှန် တိုင် စသည်တို့ကဲ့သို့ ကြည်လင်စွာ ထင်မြင်သောသူသည် မဏ္ဍိုင် စိုက်သကဲ့သို့ ထင်မြင်သောသူ မည်၏။

ဤသို့ အဇ္ဈတ္တနိမိတ်ကြည်လင်၍ ဖန်တိုင် မှတ်တိုင် ဖန်ကုံး မှန်တုံး စသည်တို့ဖြင့် မဏ္ဍိုင်စိုက်သကဲ့သို့ ထင်မြင်သော ထိုသူ သည် ပရိပုဏ္ဏ ရှိခြင်းဖြင့် စွမ်းမှု ဆက်၍ ဆက်၍ အပ္ပနာသို့ မူလည်းတက်၊ ဝိပဿနာသို့ သက်လိုမူလည်း မိမိထင်မြင်သော မဏ္ဍိုင်နိမိတ်ကိုပွား၍ ကိုယ်လုံးကျွတ်အောင် စားစေရာ၏–ဟု ပရိပုဏ္ဏ အဆက်ဆက်ရအပ်သော စကားတည်း။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား အပ္ပနာအတွက် လျှောက် ထားရာ–

"အတိုဆက်ရန် အရှည်ဖြတ်နေသည့်အထဲ ဘာ လုပ်မလဲဟု မိန့်တော်မူ၍ အဇ္ဈတ္တလေးပါးသွင်းပုံ လက်ထပ်မစုံသဖြင့်ဟု အလုံးစုံသောစကား မပြော ကြားပဲ အစဦ နှလုံးသွင်းပုံ သဲလွန်စပြောပြ၍

(ဥက္ကိတ္တာ ပုညတေဇေန၊ ကာမရူပဂတိံ ဂတာ)ပုထုဇ္ဇဉ်တို့အတွက်ပါ ဟု ပါဠိတော်ကိုဟောပြ၍ စကားသိမ်းတော်မူပြီးကာလ ညောင်းသော်လည်း မကောင်းဘူးဟု မဆိုသာ၊ သို့သော် ရည်မှန်းချက်တက်မှ ကောင်းသည်”

ဟု မိန့်ကြားတော်မူသည်ကို နာခံခဲ့ဖူးပါ၏။

ကိုယ်၏ ထက်ခြမ်းခွဲကြည်လင်စွာ ထင်မြင်သော ဥပစာရပဋ္ဌာန နိမိတ်ကိုလည်း ရှေးနည်းတူစွာ ပွား၍ ပွား၍ “စားစေ—စားစေ—စားစေ” ဟု ကိုယ်လုံးကျွတ်အောင် စားစေရာ၏။ (မစားသေးသော် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်းလျက် အားထုတ်၍ စားစေအပ်၏။)

ကောင်လုံး ကျွတ်၍ ကြည်လင်စွာ ထင်မြင်သော သကလပဋ္ဌာန—နိမိတ်ကိုလည်း ကောင်လုံးကျွတ်သောအတိုင်း နိမိတ်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးကို အနုပဗ္ဗန ဖုသန တို့ဖြင့် ထိရာ ထိရာ၌ သိအောင်မှတ်၍ မှတ်၍ မပြတ်မလပ် နေ့ရက်များစွာ အထူး ရှုအပ်ရှိုက်အပ်၏။ ရှု၍ ရှိုက်၍နေအပ်တော့သည်သာတည်း။ (သုံးပါးလုံးမသိသော် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်း၍ သိစေအပ်၏။)

သိစေအပ် အားထုတ်အပ်သော အမှုသည် ဝီရိယထား၍ အားထုတ်မှုမှ အဘယ်မှာမပြီးစီးပဲ ရှိပါအံ့နည်း— ပြီးစီးရတော့သည်သာတည်းဟု နှလုံးပိုက်၍ နှစ်ခြိုက်စွာ စိတ်ကို ချီးမြှောက်လျက် အားထုတ်အပ်တော့၏။

ဤသို့ ကောင်လုံးကျွတ် ကြည်လင်သော သက်သဖြင့် ထိုက်၏ဟု ဆရာသည် စေ့ငုံသေသာစကားတို့ကို ကျွန်ုပ်တို့ရအပ် သဖြင့် ပြအပ်ပေသတည်း။

ဤသို့ပြအပ်သည်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သဘော ပေါက်စေ၍မထင်သေး မမြင်သေးလျှင်ထင်အောင် မြင်အောင်၊ ထင်ပြီးမြင်ပြီးလျှင် မြဲအောင် အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးကို ကြည့်ရှု၍ အထူးသဖြင့် အားထုတ်အံ့ဟု အာရုံပြုလျက် ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး အာရုံပြု၍....

ဝင်သက်အခိုက် အစ--အလယ်--အဆုံး။
ထွက်သက်အခိုက် အဆုံး--အလယ်--အစ။

ဟု ထင်သည့်ထက်ထင်အောင် အထူးသဖြင့် နှုးညံ့စွာအားထုတ် ပါဦး။ ဤတတိယနည်း၌ အထူးသဖြင့် နှုးညံ့စွာအားထုတ်ရန် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပြခြင်းဖြစ်သည်။

ဤကား အာနာပါနသမထ တတိယနည်းကို အထူး သဖြင့်အားထုတ်ရန် ပြခြင်းပေတည်း။

\+ \+ \+

တတိယနည်း၌ အထူးနှလုံးသွင်းအပ်သည်ကိုစူးစမ်း၍ လင်းစေရန်မင်္ဂလပြခြင်း

ဤအာနာပါနသမထ တတိယနည်း၌ ပြခဲ့သည့်တို့ထက် အထက်တက်၍အထူးသဖြင့် နှလုံးသွင်း၍စူးစမ်းလျက် လင်းစေရန် မင်္ဂလကိုပြဦးအံ့။ ထိုသို့အားထုတ်သော အနုပဗ္ဗနပ ဖုသန တဃောလဒ္ဓ အာနာပါန သမထ တတိယ နည်းသည်လည်း....

(၁) မင်္ဂလ၊
(၂) အနုမင်္ဂလ၊
(၃) မဟာမင်္ဂလ

ဟူ၍ရင်း၊

(၁) ဩဓိ၊
(၂) အနောဓိ၊
(၃) အနန္တောဓိ

ဟူ၍ရင်း သုံးနည်းပြားသေး၏။

ထိုသုံးနည်းသုံးပါးတို့တွင် မင်္ဂလပဋ္ဌာန ဥပစာပဋ္ဌာန သံကလ်ပဋ္ဌာန သုံးပါးသို့ ရောက်အောင် အားထုတ်သော သူသည် မင်္ဂလလည်း မည်၏၊ ဩဓိလည်းမည်၏။

ထိုမင်္ဂလ ဩဓိတို့ထက် မိမိ၏ ပဋိဘာဂ နိမိတ်ကို စူးစမ်းလိုသော ယောဂါဝစရပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိကိုယ်ကိုလွန်၍

အထက်သို့ တဆယ့်နှစ်ကောင်ရှုလျက် ထိုအသက် တဆယ့်နှစ်ကောင်ရှိရာအရပ်ကစ၍ အစ၊မိမိကိုယ်ကို—အလယ်၊အောက်တဆယ့်နှစ်ကောင်၏ အဆုံးကို - အဆုံးဟူ၍ ဝင်သက်ဖြင့် အောက်ကိုရှု၊ ၎င်းနည်းတူ အောက်တဆယ့်နှစ်ကောင်ကစ၍ အဆုံး၊ မိမိကိုယ်ကို—အလယ်၊ အထက်တဆယ့်နှစ်ကောင်၏ အဆုံးကို အစ ဟူ၍ ထွက်သက်အားဖြင့် အထက်သို့ ရှုကုန်၏။ ဤသို့ အထူးနှလုံးသွင်း၍ စူးစမ်းလျက် အားထုတ်ရာ၏။ (စိတ်ရှည်ပါစေ)။

တဆယ့်နှစ်ကောင်ကို ပခေနထား၍ အားထုတ်နေပါ။ အရှေ့အနောက် တောင်မြောက် စသောအရပ်မျက်နှာကိုလည်း တဆယ့်နှစ်ကောင်လောက် ရောက်စေလျက်၊ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံးထင်စေ၍ သက်တံ့ တက်တုံကိုသိအောင် အထူးနှလုံးသွင်းစူးစမ်းလျက် လင်းစေရာ၏။ ဤသို့ လင်းစေသော မဏ္ဍလာကိုသိအပ်၏။

ဤသို့အထူးသဖြင့် တဆယ့်နှစ်ကောင် ပခေနထား၍ နှလုံးသွင်းစူးစမ်းလျက် လင်းစေခဲ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ထို့ထက်တက်၍ ထက်အောက်ဖီလာ ဆယ်မျက်နှာတို့၌ နေ့ရက်များစွာစူးစမ်း၍ တွေ့မြင်တတ်သော နိမိတ်တို့အား အာကာသဂင်္ဂါမှလျှောကျလာသော ရေစိုင်ကြီးကဲ့သို့၎င်း၊ ရေတံခွန်လျှောက်မှလျှောကျလာသော ရေစိုင်ကြီးကဲ့သို့၎င်း၊ ကောင်းကင်မှ လွင့်ချလိုက်သော သဲမှုန် သဲမွှား၊ နှမ်းမှုန် နှမ်းမွှား နှမ်းစေ့တို့ကဲ့သို့၎င်း၊ ဆန်ဖွဲဆန်ကွဲကဲ့သို့၎င်း၊ ကောင်းကင်မှရွာချသော

ရေမှုန်ရေမွှားရေပေါက်မိုးပေါက်ကဲ့သို့ရင်း၊ အောက်မှ အထက်သို့တက်သော ရေမှုန်ရေမွှား ရေပန်းကဲ့သို့ရင်း စသည်တို့ဖြင့် ထင်မြင်တတ်ပါ၏။ ထင်မြင်သော်လည်း နှလုံးသွင်းမြဲ နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေအပ်၏။ ရှေးကလည်းထင်မြင်ခဲ့ဖူးတတ်၏။

ထို့ထက်များစွာ လက်ထပ်အားဖြင့် အားထုတ်ခဲ့၍ ပြအပ်ပါသေးသော်လည်း၊ ဤအထက်တက်၍ အားထုတ်အပ်သောနည်းမျှပင် ထွက်သက် ဝင်သက် အနုဗန္ဓန ဖုသန တယောလဒ္ဓ အားလျော်စွာ ထင်မြင်ရခြင်းသည် အစုမဏ္ဍလလည်းမည်၏။ အန္တော၁ခိလည်းမည်၏။

များသောအားဖြင့် ဤမျှပင်လျှင် ဤအာနာပါနသမ္မထ တတိယနည်းကိုအားထုတ်၍ စတုတ္ထနည်းကို တက်ကြလေ့သည်။

တတိယနည်းကို ဤမျှလော့က်ဖြင့် ကျေနပ်ခြင်းမရှိသေးသော ယောဂီသူမှန် သူတော်ချွန်တို့သည် ထိုနည်းတူစွာ အစုမဏ္ဍလ အန္တော၁ခိတို့ထက်တက်၍ မိမိတို့၏ ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို နှလုံးသွင်း၍စူးစမ်းလိုသောဆန္ဒဖြင့် မိမိရအပ်ပြီးသော အစုမဏ္ဍလ အန္တော၁ခိဖြင့် ဝင်သက်၏ ပဋိဘာဂကို အဘက်ဟင်းလင်းပြင်မထင်ရာ ကောင်းကင်သည် အဆုံးဟူ၍ ဝင်သက်အားဖြင့် အောက်ကိုရှု။ ၎င်းနည်းတူ အောက်စာစ၍မမြင်ရာအောက်ကောင်းကင်တ— အစ၊ မိမိကိုယ်ကို အလယ်၊ အဆုံးမထင်သော အထက်ကောင်းကင်ကို- အဆုံးဟူ၍ ထွက်သက်အားဖြင့်အထက်ကိုရှု၊

ရှေ့နောက်ဝဲယာ ရှစ်မျက်နှာ ဆယ်မျက်နှာတို့ကိုလည်း

အဆုံးမရှိမှတ်၍မှတ်၍ သက်တုံတက်တုံ၏ အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါးလုံး အပေါင်းကိုထင်မြင်အောင် နှလုံးသွင်း၍ စူးစမ်း လျက် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်နေရာ၏။

ကျွန်ုပ်တို့သည် ခြောက်နှစ်လုံးလုံး မပြတ်မလပ်တည်း အားထုတ်ပါမှ နိမိတ်မျိုးစုံ ထိုက်သလို ကစားခဲ့ရ၏။ ယောဂီ သူမွန်သူတော်ချွန်တို့သည်ကား ဉာဏ်ကြီးရှင်များ ဖြစ်ကြသဖြင့် အနည်းငယ်သော နေ့ရက်လမျှပင် နိမိတ်မျိုးစုံ ထင်နိုင်ပါ ကြောင်း၊နိမိတ်မျိုးစုံထင်နိုင်ကြောင်းနှင့် လိပ်ခေါင်း ခြေ လက် ဝှက်သကဲ့သို့ ဝှက်ကာ ဝှက်ကာ အားထုတ်နိုင်ကြ ပါစေကုန် သတည်း။

ဤသို့ ပြအပ်သော သုံးပါးသော မဏ္ဍလ၊ သုံးပါး သော သြဓိတို့တွင် ပထမဖြစ်သော မဏ္ဍလ သြဓိ၌သာ မိမိ၏ ထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂနိမိတ်အာရုံကိုသာ ပဓာနအမြဲ ထား၍ နှလုံးသွင်းအပ်၏။ (နှလုံး၌သိုမှီး)

အစုမဏ္ဍလ မဟာမဏ္ဍလ အနန္တောဓိ အနန္တောဓိတို့၌ ကား အမြဲမယူ၍ စူးစမ်းရုံမျှ ကွန့်မြူးရုံသာ ရံခါရံခါတရံ တခါလှော်ကာသာ နှလုံးသွင်း၍ ကွန့်မြူးကြည့်ရာ၏။ ဤသို့ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး သုံးပါးလုံးထင်သော သကလုပဋ္ဌာန မဏ္ဍလနိမိတ်ထက် တက်၍တက်၍ နှလုံးသွင်းအပ်သည်ကို ပြရာ ပြကြောင်းတို့ကို သိအပ်ကုန်၏။

ဤသို့ ပြအပ်သော စကားတို့သည် အာနာပါန သမထ တတိယ အနုဗန္ဓန ဖုသန တယောလဒ္ဓနည်း၌ နှလုံးသွင်းအား

ထုတ်၍ ပြည့်စုံသဖြင့် အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းသို့တက် နိုင်ရန် ပြဆိုသော စကားရပ်တို့ဖြစ်ပေ၏။

ထိုသို့နေ့ ရက်လ နှစ်များစွာ အားထုတ်ခဲ့သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကသိဏသက်ဘို့က အာရမ္မဏ သက်တိက အားရှိ သည် အားလျော်စွာ အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းသို့တက် ၍ နှလုံးသွင်းအားထုတ်နိုင်ပေပြီ၊ ယောဂီ အပေါင်း သူတော် ကောင်းတို့....၊ ဤသို့အာနာပါန သမထ တတိယနည်း အဆုံး သတ်လိုက်သော စကားကိုသိအပ်ကုန်၏။

ဤကား အာနာပါန သမထ တတိယနည်း၌ အထူး နှလုံးသွင်းအပ်သည်ကို စူးစမ်း၍ လင်းစေရန် မဏ္ဍသပြခြင်း စကားပေတည်း။

+ + +

အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းအားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်း

ထိုသို့ပြခဲ့သော အာနာပါန သမထ တတိယနည်းကို တယောလဒ္ဓဖြစ်အောင် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်ပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပရိပုဏ္ဏဖြစ်ပါလျှင် အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းသို့တက်၍ အားထုတ်နိုင်ပေပြီ၊ စတုတ္ထနည်း အား ထုတ်ရန် ပြဦးအံ့။

ပြခဲ့ပြီးသော အာနာပါန သမထ နည်းသုံးပါးတို့တွင် ပထမ ဂဏနနည်းဖြင့် မိမိစိတ်ကို တခြားတပါးသော အာရုံသို့ မပြေးမသွားစေမူ၍ တခုဘည်းသော နှာသီးဖျား နှာဝ၌ထား လျက် ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ဂဏန ဖုသန အဋ္ဌကာ ါရနည်းဖြင့် ရှစ်ခုတကြိမ်ယူ၍ မှန်ကန်အောင် ရေတွက်လျက် အတွေ့အထိ သတိပြု၍ မှတ်သားရုံမျှဟူသော သဘောကာရီ။

ဒုတိယ ဒီဃဗန္ဓနနည်းဖြင့် နှာသီးဖျား နှာဝ၏ ရှေ့တူ ရှုတည့်တည့် နှစ်တောင့်ထွာ သုံးတောင်ခန့်စသောအရပ်၌ ရှည် ရှည်ဖွဲ့လျက် ထွက်သက်ဝင်သက် ဗဟိဒ္ဓအာရုံ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၏အစ အလယ် အဆုံး ပဋိဘာဂနိမိတ်၏ အစကိုသာ ထင်မြင်ရုံမျှဟူ သော သတုပဋ္ဌာန။

တတိယ အနုဗန္ဓန တယောလဒ္ဓနည်းဖြင့် ဗဟိဒ္ဓအာရုံ လွန်စွာကြည်လင်သော ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို အဇ္ဈတ္တသို့မဝင်လျှင် ဝင်အောင်၊ မစားလျှင် စားအောင်၊မထင်လျှင် ထင်အောင်ပြုနိုင် ခဲ့သော အမှုကို ထွက်သက်ဝင်သက်ဖြင့် ပြုရုံမျှဟူသော သတိ ဒုက္ကရကာရီ။

ဤမျှသာရှိသေး၏ဟု လေ့လာလျက် ထိုသို့အားထုတ် ခဲ့သော ပထမနည်း၊ ဒုတိယနည်း၊ တတိယနည်း ဤသုံးနည်း တို့၌ ငါ၏ထွက်သက်-ထွက်သက်နိမိတ်၊ ဝင်သက်-ဝင်သက်နိမိတ် တို့သည် ရုန့်ရင်းကြမ်းကြုတ်လှသော ဩဠာရိကသာရှိသေး၏။

ထိုရုန့်ရင်း ကြမ်းကြုတ်လှသော ဩဠာရိက ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ကို ယခုအခါ သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာသော သုခုမဖြစ်စေ လျက် ငြိမ်းစေအံ့ဟု ရုန့်ရင်းကြမ်းကြုတ်လှသော ထွက်သက်

ဝင်သက်တို့ကို စိတ်ကသိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ ငြိမ်းစေလျက် ထွက်သက်ဝင်သက်တို့ အခိုက်၌ ထွက်သက်ဝင်သက်အလိုက် "ငြိမ်းစေမည် ငြိမ်းစေမည် ငြိမ်းစေမည်" ဟု အထူးသဖြင့် သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ နှလုံးသွင်း၍ ထွက်သက်ဝင်သက် သုခုမဖြစ်သွားအောင်၊ ဝါ၊ သိမ်မွေ့နူးည့်သွားအောင်၊ ဝါ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်မရှိသလောက် နူးညံ့၍ ငြိမ်ဝပ်သွားအောင်၊ ဝါ၊ ထွက်သက်ဝင်သက် အထူးသဖြင့် သုခုမဖြစ်စေလျက် ငြိမ်ဝပ်သွားအောင် ဖြေးဖြေးနှေးနှေးရှူရှိုက်ကာ ငြိမ်းစေမည် ဟူသော အချက်သုံးချက် လေးချက် ငါးချက်လောက်လိုက်၍လိုက်၍ နှလုံးသွင်းလျက် နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်နေအပ်၏၊ ထို့ကြောင့် ပါဠိတော်၌–

ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊
ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။

ကာယသင်္ခါရံ၊ အရှူပြင်း၍ ကြမ်းကြုတ်ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက်ကို။ ပဿမ္ဘယံ ပဿမ္ဘယန္တော၊ သာယာဖြည်းညှင်း နူးညံ့စွာရှူခြင်းဖြင့် ငြိမ်းစေလျက်၊ အဿသိဿာမီတိ၊ ထွက်သက်ကို ရှူအံ့ဟူ၍။ သိက္ခတိ၊ အားထုတ်သဖြင့်ကျင့်၏။ ကာယသင်္ခါရံ၊ အရှိုက်ပြင်း၍ ကြမ်းကြုတ်ရုန့်ရင်းသော ဝင်သက်ကို။ ပဿမ္ဘယံ ပဿမ္ဘယန္တော၊ သာယာဖြည်းညှင်း နူးညံ့စွာရှိုက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းစေလျက်၊ ပဿသိဿာမီတိ၊ ဝင်သက်ကိုရှိုက်အံ့ဟူ၍။ သိက္ခတိ၊ အားထုတ်သဖြင့်ကျင့်၏။

ဤသို့ ဒေသနာတော် လာသည်နှင့်အညီ အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်အံ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပထမနည်း၊ ဒုတိယနည်း၊ တတိယနည်းတို့၌ ပြခဲ့သော အာရုံ စသည်တို့၌ စိတ်ထားပုံ အာဝတ္တန စသည်တို့ကို သတိမူ၍ ဤ အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်း၌ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ကို သိမ်မွေ့နူးညံ့အောင် ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်း စကားကိုသိအပ်၏၊ ဤသို့သိလျက် ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် မဏ္ဍလ္လပူသော အဇ္ဈတ္တအတွင်း၌ အာရုံစိုက် ထွက် သက် ဝင်သက်ကို သိမ်မွေ့စွာရှူရှိုက်၍ စိတ်ထဲက "ငြိမ်းစေ မည် ငြိမ်းစေမည် ငြိမ်းစေမည်" ဟု နှလုံးသွင်းအားထုတ်နေရ ပါသည်။

ဤကား အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းအားထုတ်ရန် အကြောင်းပြခြင်းပေတည်း။

\+ \+

အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်း အားထုတ်ပုံ အချုပ်ပြခြင်း

ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်း အားထုတ်ပုံ အားထုတ် နည်းအချုပ်ကို ပြဦးအံ့။ အားထုတ်အံ့သော တယောလဒ္ဓမည် သောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးကဲ့လို ကိုယ်ကာယကိုမယိမ်းမယိုင် ကောင်းစွာထိုင်ပြီး သြဋ္ဌာရိက ဣရိယာပထကို လျော့စွဲထား

၍ သုခုမဣရိယာပထတို့ကို သိမ်းဆည်းခြင်း ပဓာနအားဖြင့် ယူထားအပ်သော အာနာပါနသမထ စတုတ္ထကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံမှ တပါး တခြားသော နီဝရဏ စသော အာရုံတို့ကို ကုဝစမိဝ သဘောထားကာ လျစ်လျူရှု၍သိမ်းဆည်းခြင်းတို့ဖြင့် ကောင်းစွာသိမ်းဆည်းလျက် စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်အံ့သော ဘယောလဒ္ဓ မည်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်—

မိမိသည် ရှေးရှေးသောနည်းတို့၌ ရခဲ့ဖူးသောနိမိတ်နှင့် တူသော နှာသီးဖျားနှာဝ၌ ထွက်သက် ဝင်သက်အားလျော်စွာ တရိပ်ရိပ် တရွေ့ရွေ့တဖွားဖွားတဝင်းဝင်းဖြင့်တလက်လက် ထွက်ပေါ်လာသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ထွက်သက် ဝင်သက်အားလျော်စွာ တဝင်းဝင်း တလက်လက်ဖြင့် ကြည်လင်စွာ ထွက်ပေါ်လာသော ပဋိဘာဂနိမိတ် ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည် နှာဝ ရင်ချိုင့် ဟဒယဝတ္ထု ချက် ဟူသော ကာယပရိမဏ္ဍလ အတိုင်း တရိပ်ရိပ် တရွေ့ရွေ့ တဝင်းဝင်း တလက်လက်ဖြင့် သက်တုံ တက်တုံ နေသောအာရုံနိမိတ်ကို ကြည့်ရှုကြရာ၏။ ကြည့်ရှု၍ ကြည့်ရှု၍—

ဤထွက်သက်-ထွက်သက်နိမိတ်၊ ဝင်သက် ဝင်သက်နိမိတ်တို့သည် ရုန့်ရင်းကြမ်းကြုတ်လှသော ဩဠာရိကသာ ရှိသေး၏။ ထိုဩဠာရိကဖြစ်သော ထွက်သက် ဝင်သက်နိမိတ်တို့ကို ယခုအခါသိမ်မွေ့နူးညံ့သော သုခုမဖြစ်စေ၍ ငြိမ်းစေရဘော့အံ့ဟု နှလုံးသွင်းလျက် ထွက်သက် ဝင်သက်ပဋိဘာဂ ဟဒယဝတ္ထုကို အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်။
ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်

ဟု ဖြေးဖြေးနှေးနှေး သိမ်မွေ့နူးညံ့၍ ဝိစေတဗ္ဗဖြစ်အောင် အချိန်ရှိသမျှ နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်နေရပါ၏။

ဤ အာနာပါနသမထ လေးနည်းတို့တွင် ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်းသည် ဩဠာရိက မဟုတ်၊ သုခုမဖြစ်သောကြောင့် ကိုယ်စိတ်နိမိတ်သည်ငြိမ်သည်ထက် ငြိမ်၍ သုခုမတရတမနှင့် ငါ၏ ထွက်သက်ဝင်သက်သည် ရှိမှရှိပါလေသေးစ်ဟု ဝိစေတဗ္ဗ ဖြစ်အောင် မိမိစိတ်နှလုံးကို သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာထား၍ နေ့ ရက် လ များစွာအားထုတ်ရပါသည်။

ဝိစေတဗ္ဗဖြစ်အောင် အားထုတ်ကြပါကုန်လော့။ အားထုတ်အပ်သော အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်း အားထုတ်ပုံ အချုပ်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤတား စတုတ္ထနည်း အားထုတ်ပုံအချုပ်ပြခြင်း စကား ရပ်ပေတည်း။

× × ×

စတုတ္ထနည်းအားထုတ်စဉ် တွေ့မြင်တတ်သော
နိမိတ်နှင့်ငြိမ်သက်သောစိတ်ကိုပြခြင်း

ဤအခါနာပါန စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်စဉ် တွေ့မြင်တတ်သော နိမိတ်နှင့် ငြိမ်သက်သောစိတ်ဖြစ်ပေါ်ပုံကို ပြဦးအံ့၊ ဤစတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ အားထုတ်စဉ် ဖြစ်ပေါ်တတ် တွေ့တတ်သော နိမိတ်တို့သည် အားထုတ်၍ နေ့ ရက် လ များစွာကြာသော် အားထုတ်ခဲ့သော ပထမနည်း ဒုတိယနည်း တတိယနည်း တို့၌ ဖြစ်ပေါ်သော နိမိတ်တို့သည် ဤစတုတ္ထနည်း၌ အမျိုးမျိုးပြန်၍ တွေ့တတ် မြင်တတ် ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။ မပေါ်ဖူးသောနိမိတ်တို့သည်လည်း ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါ၏။

အထူးအားဖြင့် တွေ့တတ် မြင်တတ် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော နိမိတ်တို့သည်ကား ဤစတုတ္ထနည်း အားရှိလာသောအခါ အလင်းရောင်ကင်းသောမီးတောက်မီးလျှံ ထိပ်ထက်၌ ၁ လျှပ်လျှပ် ထွက်နေတတ်ခြင်း၊ နှာဝ၌တရိပ်ရိပ်ထွက်နေတတ်ခြင်း၊ ဟဒယ အိမ်မှ တဖျပ်ဖျပ် ထွက်နေတတ်ခြင်း၊ တကိုယ်လုံးမှ တဖွားဖွား ထွက်နေတတ်ခြင်း၊ မီးတောက်မီးလျှံ ထွက်ပေါ်သော်လည်း မကြောက်မလန့်အပ်ပါ၊ နိမိတ်၏သဘာဝဖြစ်ပါသည်။

ထို့ပြင်ထိုပ်ထက်မှရင်း၊ နှာဝမှရင်း၊ဟဒယဝတ္ထုမှရင်း၊ တနေရာရာမှရင်း၊ ကိုယ်ကာယမှရင်း၊ မီးပန်းရေပန်းစက်ယန္တရားပန်းစသည်ကဲ့သို့ရင်း၊ တခါတခါ ကိုယ်ကာယမှ ကွဲလျက်မီးတောက်မီးလျှံစသည်ကဲ့သို့ရင်း၊ တရိပ်ရိပ်တဝင်းဝင်း ထွက်နေဘတ်ခြင်း၊ အခိုးချောင်းအသွင်နှာဝမှထွက်၍ လွန်သွားတတ်ခြင်း၊တကိုယ်လုံးဖြူဖွေး၍ ဂွမ်းတုံး ဂွမ်းလုံးကြီးအသွင်ဖြစ်နေတတ်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် ရေလှိုင်းထဲ၌ ထိုင်၍နိမ့်ချည်မြင့်ချည် ဖြစ်၍နေတတ်ခြင်း၊ နိမ့်ချည်မြင့်ချည် နေရာမှခန္ဓာကိုယ်ကြီးကောင်းကင်သို့ ကြွတက်သွားသည်ဟု စိတ်ထဲကထင်ရခြင်း၊ တိမ်နီရောင်ထရံ၊ မှန်ဖြူရောင်ထရံရှေ့၌ ကာဆီးနေတတ်ခြင်း၊ တောကြီးတောင်ကြီးထဲသို့ ရောက်နေတတ်ခြင်း၊ တကိုယ်လုံးနီဝင်း၍ တိမ်နီအတွင်းသို့ ရောက်နေတတ်ခြင်း၊ စိတ်ငြိမ့်သက်လျက် ခန္ဓာကိုယ်ကြီး ဖေါင်းပွကြီးထွား၍ ငြိမ်သက်နေရခြင်း။

ကောင်းကင်သို့ရောက်၍ အသက်မရှိသော ဂွမ်းရုပ်ကြီးပမာဖြူဖွေး၍ နေရသည်ဟု စိတ်ထဲကမကြာ တခါထင်ရခြင်း၊ မကြာတခါ ဂွမ်းရုပ်ကြီးပမာဖြစ်၍ ကောင်းကင်မှပြန်၍ ချမရသည်ကိုတွေ့ရခြင်း၊ (ကျစေ — ကျစေ - ကျစေ— ဟူသောသဘောဖြင့် ချရခြင်း)တခါခါစိတ်သည် မလွှင့်မပြားတခြားသို့မသွားပဲ ဟဒယဝတ္ထုထဲ၌သာနေလျက် ကွက်၍ လင်းနေတတ်ခြင်း၊ တခါတခါ ဟဒယဝတ္ထုအဖြူကွက်ထဲ၌ တရိုးရိုးဘရွရွ တဖြောက်ဖြောက်နှင့် ပိုးလောက်ထသလို မျက်စိဖြင့်

မြင်ရသကဲ့သို့ မြင်နေတတ်ခြင်း၊ တခါဘခါ ဟဒယဝတ္ထုထဲ၌ လျှပ်ပြက်သလို တဝင်းဝင်း တလက်လက် ဖြစ်နေတတ်ခြင်း၊

ဘယ်လိုပဲခန္ဓာကိုယ် ဝင်းနေနေ လက်နေနေ ဖြူနေနေ မည်းနေနေ ပျောက်နေနေ တခြားသို့ရောက်နေနေ ငြိမ်နေနေ ငြိမ်းစေမည် ဟူသော စိတ်ထားကိုမလွှတ်စေပဲ ယူထားအပ်သောထွက်သက်ဝင်သက်ဝတ္ထုကို အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်။

ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်။

ဟု ဖြေးဖြေး နှေးနှေး သိမ်မွေ့စွာ အားထုတ်အပ်ပါသေး၏။ ပြအပ်ပြီးသောအားထုတ်ပုံ အချုပ်နှင့်တူ၏။

ဤသို့ အားထုတ်၍ ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်းသည် အလွန်အားကောင်းလာပြန်သော် အလွန် သိမ်မွေ့နူးညံ့သဖြင့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ပဋိဘာဂနိမိတ် အလွန်ကြည်လင်၍ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် အလွန်ကြည်လင်လျက် မီးလင်းဖိုဝမှ မီးလျှံတရိပ်ရိပ် ထွက်၍ ထွက်၍ မြင့်တက်လာသလို မီးလျှံအရောင် ထွက်၍ ထွက်၍ နေတတ်ခြင်း ဖြစ်တတ်သဖြင့် ဓမ္မသဘာဝဖြစ်၍ မကြောက်အပ် မလန့်အပ်ပါ၊အားထုတ်မြဲကိုသာအားထုတ်၍နေရပါ၏၊ဤသို့လည်း စတုတ္ထနည်းကိုအားထုတ်နေစဉ် တွေ့တတ် မြင်တတ်သော နိမိတ်တို့ကို သာမည သိအပ်ကုန်၏။

ဤ စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်ရာ၌ ငြိမ်သက်တည်ကြည်သော စိတ်ဖြစ်ခြင်းတို့သည်ကား ဤ စတုတ္ထနည်း အားထုတ်၍ အတော်ကလေး တည်ကြည်ငြိမ်သက်လာသောအခါ ဟဒယဝတ္ထု သို့ စိတ်အရောက်များ၍ ဟဒယဝတ္ထုမှ ရေမှုန်၊ ရေမွှား၊ ရေပွက် ထနေသည်ကို မြင်တတ်ခြင်း၊ ကိုယ်လုံးကြီး၍ တိမ်အသွင်ဖြစ် နေသည်ကို မြင်တတ်ခြင်း ကိုယ်ကာယကြီးပျောက်၍ စိတ်ချည်း နေရတတ်ခြင်း၊ ကိုယ်ကာယကြီး ဂွမ်းရုပ်ကြီးသဖွယ် ဖြစ်၍ အိကျသွားတတ်ခြင်း၊ မှန်တုံး မှန်လုံးကြီးသဖွယ် ဖြစ်၍ အိကျ သွားတတ်ခြင်း၊ တိမ်နီရောင်ထရံကာဆီး၍ နေတတ်ခြင်း၊ ကိုယ်ကာယကြီး ပျောက်၍ ကောင်းကင်အလယ်၌ အတွယ်မရှိ သော ဝိညာဉ်ကလေးချည်း နေရသကဲ့သို့ နေရခြင်း စသော ဖြစ်ပေါ်တတ်သော နိမိတ်တို့သည် လက်တွေ့နည်းထည့်၍ အား ထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ တွေ့တတ် မြင်တတ်သော နိမိတ် တို့ကို ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အမိန့်ဖြင့် ထည့်သွင်း၍ ပြရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤစတုတ္ထနည်းကို အာရဗ္ဗဝီရိယ သမ္မာဆန္ဒ မနသိကာရ ကောင်းမြတ်သောနှလုံးသွင်းဖြင့် နေ့မယွင်း ရက်မယွင်းများစွာ အားထုတ်သော ယောဂီသူမွန် သူတော်ချန်သည် ဘာဝနာ အဟုန် ဂုဏ်သတ္တိကြောင့် အစုံအလင်ပေါ်ထွက်အပ်သော နိမိတ် တို့သည် ငြိမ်သက်တည်ကြည်သောအခါ၌ ပေါ်ထွက်လျက် အကြင်အားထုတ်သော ယောဂီသူမွန် သူတော်ချန်အားကိုယ်ကို လည်းကောင်း၊ စိတ်ကိုလည်းကောင်း သိမ် ဆည်းသည်ဖြစ်ကုန်၏။

ထို အားထုတ်သော အခါ၌ ထိုသိမ်းဆည်းအပ်သော ကိုယ် စိတ်တို့သည် ရှုန့်ရင်းကြမ်းကြုတ်ခြင်းမရှိ၊ ဟဒယဝတ္ထု၌ တည်ကြည်ငြိမ်သက် ကုန်သည်ဖြစ်၍ အထူးသဖြင့် တည်ကြည် ငြိမ်သက်ကုန်သည် ဖြစ်ပါ၏။ အားထုတ်သော ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်တို့သိအပ်ပါ၏။ ထို့ကြောင့်—

ယဒါပန ကာယောပိ စိတ္တမ္ပိ ပရိဂ္ဂဟိတာ

ဟောန္တိ၊ တဒါတေ သန္တာ ဟောန္တိ ဝူပသန္တာ။

ယဒါပန၊ အကြင်အခါ၌ကား။ အဿ၊ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား။ ကာယောပိ၊ ကိုယ်ကို လည်းကောင်း။ စိတ္တမ္ပိ၊ စိတ်ကိုလည်းကောင်း။ ပရိဂ္ဂဟိတာ၊ သိမ်းဆည်း အပ်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တဒါ၊ ထိုအခါ၌။ တေ၊ ထိုသိမ်းဆည်း အပ်သော ကိုယ်စိတ်တို့သည်။ သန္တာ၊ ငြိမ်သက်ကုန်သည်။ ဝူပသန္တာ၊ အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ (အလုပ်နှင့် စာ သမဘာဂ ရှိလှပါ၏။)

ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မပြတ်မလပ်အားထုတ်စဉ်တွေ့မြင်ရတ်သော နိမိတ်တို့နှင့် အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သော စိတ်ရှိသည်ကို သိအပ်ကုန်၏။

ဤကား စတုတ္ထနည်းအားထုတ်စဉ် တွေ့မြင်ရတ်သော နိမိတ်တို့နှင့် စိတ်တို့သည် အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သည်ကိုပြခြင်း အကားရပ်ပေတည်း။

အထူးသဖြင့် စိတ်ငြိမ်းဝေရာမှ အထူးသဖြင့် သန္တ ရူပသန္တ ဖြစ်သည်ကို ပြခြင်း

ဤစတုတ္ထနည်း၌ငြိမ်းစေရာမှ အထူးသဖြင့် ငြိမ်း၍ သန္တ ရူပသန္တ ဖြစ်သည်ကိုပြဦးအံ့၊ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်''ငြိမ်းစေမည်–ငြိမ်းစေမည်–ငြိမ်းစေမည်''ဟူသော နှလုံးသွင်းဘာဝနာ အဟုန်ကြောင့် ငြိမ်ယူက်ရာမှ အလွန်အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်လာအောင် အားထုတ်ပုံဆင့်တက်၍ အလွန်အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်တည်ကြည်စေအံ့ဟု ထွက်သက်ကိုသာ နိုင်သလောက်သာစေ၍ ဖြည်းညှင်း သာယာစွာ အထူးသဖြင့် သာယာစေလျက် ရှူရမည်၊ ဝင်သက်ကိုလည်း ထို့အတူ သာယာစေလျက် ရှိုက်ရမည်။

ဤသို့ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို သာနိုင်သမျှ သာစေ၍ ''ငြိမ်းစေမည်– ငြိမ်းစေမည်– ငြိမ်းစေမည်'' ဟု အထူးသဖြင့် ငြိမ်း၍နေရာ ထွက်သက် ဝင်သက်၏ ပဋိဘာဂနိမိတ်၏ တရိပ်ရိပ် တရွရွ တကြွကြွ တလိမ့်လိမ့် တဝင်းဝင်း တလက်လက် တဖျပ်ဖျပ် တဖွားဖွားနှင့် အကြားအပြတ် တစပ်တည်း လင်း၍ သက်တုတက်တု ကိုသာ မှီမှေးကာ ရှူ၍ ရှူ၍ နေလေ၏၊

ရှုး၍ရှုး၍နေရာမှ ကြာမြင့်သောအခါ စိတ်သည်နူးညံ့စွာ အလွန်ငြိမ်သက်၍ အပသို့ မလှုပ်မပျံ့ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံ၌သာ အထူးသဖြင့် အလွန်ငြိမ်သက်၍ တည်ကြည်စွာနေ လေ၏။ ဤသို့ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌သာ အထူး သဖြင့်အလွန်ငြိမ်သက်၍တည်ကြည်နေသောကြောင့် သန္တဝူပသန္တ ဖြစ်လေ၏။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ကိုယ်စွက်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ သိလေ၏။

ထို့ကြောင့် သန္တာဟောန္တိ ဝူပသန္တာ-ဟု အဋ္ဌကထာ ဆရာပြကော်မူသည်။ အထက်သိအပ်ပြီ။

သန္တာ ဟောန္တီတိ စိတ္တံ တာဝ ဗဟိဒ္ဓါ
ဝိက္ခေပါဘာဝေန် ကေဂ္ဂံ ဟုတွာ ကမ္မဋ္ဌာနံ ပရိဂ္ဂဟေတွာ
ပဝတ္တမာနံ သန္တံ ဟောတိ ဝူပသန္တံ။

သန္တာ ဟောန္တီတိ၊ ကား။ စိတ္တံ၊ မနသိကာရစိတ် သည်။ တာဝ၊ ရှေးဦးစွာ။ ဗဟိဒ္ဓါ၊ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံမှအပ ဖြစ်သော အာရုံ၌။ ဝိက္ခေပါဘာဝေန၊ ပျံ့လွင့်ခြင်း မရှိသည်၏ အဖြစ်ဖြင့်။ ကေဂ္ဂံ၊ တည်ကြည်သည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ ကမ္မဋ္ဌာနံ၊ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို၊ ပရိဂ္ဂ ဟေတွာ၊ သိမ်းဆည်း၍။ ပဝတ္တမာနံ၊ ဖြစ်လတ်သော်။ သန္တံ၊ ငြိမ်သက်သည်၊ ဝူပသန္တံ၊ အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်တို့ အားသွန် လုံ့လ ဝီရိယ ဖြင့် သာယာဖြည်းညှင်းအကူးဘဖြင့် နှလုံးသွင်း၍ "ငြိမ်းအေးမည်-

ငြိမ်းစေမည်-ငြိမ်းစေမည်" ဟု ငြိမ်းစေသော ဘာဝနာအဟုန် သတ္တိကြောင့် အလွန်အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်တည်ကြည်၍ အသက် မရှိသော ဂူမ်းရုပ်ကြီးထိုင်နေစေသကဲ့သို့ တည်ငြိမ်၍ သန္တ- ဝုပသန္တ ဖြစ်လေတော့၏။ (ကြက်သီးထစရာ)

ဤသို့ အာနာပါနသမာဓိ စတုတ္ထနည်းကို အားသုံး၍ ငြိမ်းစေရာ အထူးသဖြင့် ငြိမ်း၍ သန္တ-ဝုပသန္တ ဖြစ်ပြန်သည်ကို ပြအပ်သော စကားများကို သိအပ်၏။

ဤကား အထူးသဖြင့် ငြိမ်းစေရာမှ အထူးသဖြင့် သန္တ- ဝုပသန္တ ဖြစ်သည်ကို ပြခြင်းပေတည်း။

....

စတုတ္ထနည်း၌ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့ သိမ်မွေ့သော သုခုမတို့ကို ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် ဤအာနာပါနသမာဓိ စတုတ္ထ နည်းကို ယုံကြည်အပ်သော သဒ္ဓါတရားကို အမှီပြု၍ စေတနာ ကောင်းကောင်းဖြင့် နှလုံးသွင်းအားထုတ်ကြရာ ဘာဝနာအဟုန် တဆင့်ထက်တဆင့် မြင့်၍ မြင့်၍ ရင့်သန်လာသောအခါ၌ ကိုယ် စိတ် နိမိတ်တို့သည်လည်း နူးညံ့သည်ထက် နူးညံ့စွာ အလွန် တရာ နူးညံ့လှ၍ သုခုမဝင်ကာ စိတ်ငြိမ်သက် တည်ကြည် လတ်သော် စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ဝါယောဓာတ်နှင့် တကွ၊ ဝိညတ္တိဘာဂ ဖြစ်သော ရုပ်တို့သည် ပေါ့ပါးခြင်း၊ နူးညံ့ခြင်း၊

တည်တံ့ခိုင်ခံ့ခြင်းသို့ ရောက်သောကြောင့် ကြွင်းသောကြောင့် ဖြစ်သော၊ ရုပ်ဥတုကြောင့် ဖြစ်သော၊ ရုပ်အာဟာရကြောင့် ဖြစ်သော ရုပ်တို့သည်လည်း ပေါပါးခြင်း၊ နူးညံ့ခြင်း၊ တည်တံ့ခိုင်ခံ့ခြင်းသို့ရောက်၍ စိတ်ကိုမှီ၍ဖြစ်သော ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည်လည်း အလွန်တရာ နူးညံ့သိမ်မွေ့လျက် ငြိမ်သက်လှသော သဘောရှိကုန်သည်ဖြစ်၍ အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့် နူးညံ့ခြင်း အထူးသဖြင့် နူးညံ့ခြင်း အထူးသဖြင့်အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့သော သုခုမဖြစ်ခြင်းသို့ရောက် ကြ ရ လေ ၏။ ထို့ကြောင့် မဟာဋီကာရှင်သည် "တတော ဝေ" စသည်ဖြင့် ပြတော်မူ၏။

တတော ဝေ တံသမုဋ္ဌာနာ ရူပဓမ္မာ လဟုမုဒုကမ္မညဘာဝ ပတ္တာ တဒနုဂုဏတာယ သေသံ တိသန္တတိရူပန္တိ ဝေ စိတ္တေ ကာယေစ ဝူပသန္တေ ပဝတ္တမာနေ တန္နိဿိတာ အဿာသပဿာသာ သန္တသဘာဝါ အနုက္ကမေန သုခုမ သုခုမတရ သုခုမတမာ ဟုတွာ ပဝတ္တန္တိ။

တတော ဝေ၊ ထိုစိတ်၏ ငြိမ်သက်ခြင်းကြောင့်သာလျှင်။ တံသမုဋ္ဌာနာ၊ ထိုစိတ်ကြောင့် ဖြစ်ကုန်သော။ ရူပဓမ္မာ၊ ရုပ်တရားတို့သည်။ (ပဝတ္တန္တိ စပ်)။ လဟုမုဒုကမ္မညဘာဝပတ္တာ၊ ပေါ့ပါးခြင်း နူးညံ့ခြင်း ခိုင်ခံ့ခြင်း ရှိကုန်သည်ဖြစ်၍။ (သန္တံ ဟောတိစပ်)။ တဒနုဂုဏတာယ၊ ထိုစိတ်ကြောင့်ဖြစ်ကုန်သော ဂုဏ်အားလျော်ကပ်စွာဖြစ်ခြင်းရှိသဖြင့်။ သေသံ၊ ကြွင်းသော။ တိသန္တတိရူပံ။ သုံးပါးသောကံ ဥတု အာဟာရ ကြောင့်ဖြစ်

သော ရုပ်သည်။ သန္တံ၊ ငြိမ်သက်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဣတိဝေ၊ ဤသို့။ ဝူပသန္တေ၊ အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သော။ စိတ္တေစ၊ စိတ်သည်လည်းကောင်း၊ ကာယေစ၊ ကိုယ်သည်လည်းကောင်း။ ပဝတ္တမာနေ၊ ဖြစ်လတ်သော်။ တန္နိဿိတာ၊ ထို ကိုယ်-စိတ်ကိုမှီ၍ဖြစ်ကုန်သော။ အဿာသပဿာသာ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့သည်။ သန္တသဘာဝါ၊ ငြိမ်သက်သောသဘော ရှိကုန်သည်ဖြစ်၍။ အနုက္ကမေန၊ အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့်။ သုခုမ သုခုမတရ သုခုမတမာ။ နူးညံ့ခြင်း အထူးသဖြင့် နူးညံ့ခြင်း အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့ခြင်း ရှိကုန်သည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ ပဝတ္တန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

ဤသို့ ကောင်းလှသော သမ္မာဆန္ဒ ယောနိသော မနသိကာရ မပြတ်မလပ် အားထုတ်သော အာရဗ္ဘဓာတ်ဖြင့် လိပ် ခေါင်း ခြေ လက် ဝှက်သကဲ့သို့ ဝှက်ကာဝှက်ကာ အားထုတ်လာသော ယောဂီသူမှန် သူတော်ချွန်သည် အဘယ်မှာလျှင် မနူးညံ့ မသိမ်မွေ့ပဲရှိပါအံ့နည်း။ သုခုမတရ-တမ တို့ဝင်ရောက်၍ အထူးသဖြင့် အလွန် နူးညံ့သိမ်မွေ့ရတော့မည်သာ ဖြစ်၏။

ဤသို့ အားထုတ်အပ်သော စတုတ္ထနည်း၌ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့သော သုခုမ သုခုမတရ သုခုမတမတို့အစဉ် ဝင်ရောက်၍ နူးညံ့သိမ်မွေ့သော သုခုမတို့ကို ပြအပ်သော စကားတို့ဟူ၍ မှတ်အပ်ကုန်၏။

ဤကား စတုတ္ထနည်း၌ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့သော သုခုမတို့ကို ပြခြင်းပေတည်း၊

အာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်း၌ ဝိစေတဗ္ဗ ဂုဏ်ကို ပြခြင်း

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်း ကို အာ.ထုတ်ရာ ဝိစေတဗ္ဗဂုဏ် ပေါ်လာပုံကို ပြဦးအံ့။

ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်းကို နေ့ရက်များစွာ အားထုတ်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကိုယ် စိတ် နိမိတ်တို့ အထူးသဖြင့် အလွန် နူးညံ့ သိမ်မွေ့ခြင်း သုခုမဘာမသို့ ရောက် သည်ဖြစ်၍ အထူးသဖြင့် အလွန်ငြိမ်သက်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် အား နှလုံးသွင်းအပ်သော "ငြိမ်းစေမည်" ဟူသော အာရုံကို ကြည့်ရှုလျက် "ငါ၏ ထွက်သက် ဝင်သက် ရှိမှရှိရာလေသေး သလော၊မရှိရာတော့ပေဘူးလော" ဟု မိမိ၏ ထွက်သက် ဝင်သက် ကို စူးစမ်းရှာဖွေ၍ ကြည့်ရခြင်း– ဝိစေတဗ္ဗဂုဏ်သို့ ရောက်ရ လေ၏။

> တေသု ဝူပသန္တေသု အဿာသပဿာသာ သုခုမာ ဟုတွာ ပဝတ္တန္တိ၊ အတ္တိနုခေါ နတ္ထီတိ ဝိစေတဗ္ဗတာ ကာရပတ္တာ ဟောန္တိ။(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

တေသု၊ ထိုကိုယ်စိတ်တို့သည်။ ဝူပသန္တေသု၊ အထူး သဖြင့် "ငြိမ်းစေမည်-ငြိမ်းစေမည်-ငြိမ်းစေမည်" ဟု ငြိမ်းစေ အပ်ကုန်သည်ရှိသော်။ အဿာသ ပဿာသာ၊ ထွက်သက်

ဝင်သက်တို့သည်၊ သုခုမာ၊ နူးညံ့ခြင်းရှိကုန်သည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်ကုန်၍။ ပဝတ္တန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ ဧ၊ ငါ၏။ အဿာသပဿာသော၊ ထွက်သက် ဝင်သက်သည်။ (ထည့်)။ အတ္ထိနုခေါ၊ ရှိမှရှိရှာလေသေးသလော။ နတ္ထိနုခေါ၊ မရှိရှာတော့ပေဘူးလော။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ဝိစေတဗ္ဗာကာရပတ္တာ၊ စူးစမ်းရှာဖွေအပ်သည်၏ အဖြစ်တည်းဟူသော အခြင်းအရာသို့ ရောက်ခြင်းရှိကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

ဤသို့ ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်တို့သည် အားသွန်လုံ့လ အာရဗ္ဘဓာတ်ဖြင့် အားထုတ်အပ်သော အာနာပါနသမထ ဘာဝနာအဟုန်ကြောင့် ငါးပါးသော အာရုံတို့မြုံမြုပ်လျက် ထွက်သက်ဝင်သက်တို့ အစဉ်အတိုင်းအထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့ငြိမ်သက်ခြင်းသို့ ရောက်သည်ဖြစ်၍ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို စူးစမ်းရှာဖွေရသော ဝိစေတဗ္ဗဂုဏ်သို့ရောက်လေတော့၏။

ဤကား အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်း၌ ဝိစေတဗ္ဗဂုဏ်ကို ပြခြင်းပေတည်း။

အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သော် ပေါ်ပါး၍ကောင်းကင်သို့ ပျံတက်သကဲ့သို့ ဖြစ်တတ်သည်ကိုပြခြင်း

ယောဂီသူမွန် သူတော်ကောင်းတို့သည် ဤအာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်၍ နေ့ရက် လများစွာကြာလာသောအခါ နိမိတ်မျိုးစုံထင်မြင်တတ်သေးခြင်း၊ ဟဒယဝတ္ထုအာရုံစိုက်မိသောအခါ၌ ဟဒယဝတ္ထုကြည်လင်၍ ဝင်းနေတတ်ခြင်း၊ ခရေမှုန်များ ထသလို ဟဒယဝတ္ထုထဲ၌ တရွရွဖြစ်နေတတ်ခြင်း၊ ရွှေရောင်အဆင်းကဲ့သို့ ကိုယ်ကာယကြီး ဝင်းနေတတ်ခြင်း အမျိုးမျိုးထင်မြင်တတ်ပါသေး၏။

အမျိုးမျိုး ထင်တတ်မြင်တတ်သည့်အပြင် အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အာနာပါန သမထ ပဌမဂဏနနည်းဖြင့် ရေတွက်၍ အားထုတ်သော ဘာဝနာ၏ အစွမ်းအားဖြင့်သာလျှင် နှလုံးသွင်းသည်မှစ၍ နူးညံ့ခြင်း၊အထူးသဖြင့် နူးညံ့ခြင်း၊ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့ခြင်းဟူသော အစဉ်အတိုင်း သုခုမသို့ ရောက်သည်ဖြစ်၍ ရုန့်ရင်းကြမ်းကြုတ်သော ထွက်သက်ဝင်သက်ကိုသိမ်း၍ ကြည်လင်သော ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို နူးညံ့စွာသောဝင်သက်ဖြင့် သက်တုံဘက်တုံကိုသာရှူ၍၎င်း၊နူးညံ့စွာသော ထွက်သက်ဖြင့် သက်တုံဘက်တုံကိုသာ ရှိုက်၍၎င်း အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်စွာ ကြည့်ရှုသောအခါတို့၌ မိမိ၏ ကိုယ်ကာယကြီး

သည် နေရာမှလွှတ်၍ ကောင်းကင်သို့ တက်သကဲ့သို့ရှိဝင်း စိတ်ထဲ ကထင်ခြင်း။ စိတ်ချောက်ချား၍အာရုံယူလျက် ခုန်နေသည်ချည်း မဟုတ်။ ဥပမာကိုသာယူအပ်၏။

ကိုယ်ကာယသည် ကြီးထွား၍ ပွားလာသကဲ့သို့ရှိဝင်း၊ စိတ်ထဲကထင်မြင်၏။ ခန္ဓာကိုယ်သည် တိုသည် ရှည်သည်ရှိလာသကဲ့သို့ရှိဝင်း စသည်ဖြင့်ထင်လာတတ်ခြင်း၊ အထူးသဖြင့် ရှုန့်ရှင်းသော ထွက်သက်ဝင်သက်ချုပ်ခြင်း၏အစွမ်းအားဖြင့်ကိုယ်၏ ပူပန်ခြင်း ကာယဒရထ ငြိမ်းလတ်သော်ကိုယ်သည်ရှိဝင်း၊ စိတ်သည်ရှိဝင်းပေါ့ပါး၍ ကိုယ်ကာယကြီးသည် ကောင်းကင်သို့ ခုန်လွှားပျံတက်အံ့သော အခြင်းအရာသို့ ရောက်သည့်ပုံ ပြအပ်သောဥပမာကဲ့သို့ ဖြစ်ရလေ၏၊ ရောက်တတ်ပါ၏။ ရောက်ရလေ၏၊ ထို့ကြောင့်—

ကာဿစိ ပန ဂဏနာဝသေနေဝ မနသိကာရကာလတော ပဘုတိ အနုက္ကမတော ဩဠာရိက အဿာသပဿာသ နိရောဓဝသေန ကာယဒရထေ ဝူပသန္တေ ကာယောပိ စိတ္တမ္ပိ လဟုကံ ဟောတိ၊ သရီရံ အာကာသေ လင်္ဃနာကာရပတ္တံ ဝိယ ဟောတိ၊ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)။

ကာဿစိပန၊ အချို့သောယောဂီအား၊ ဂဏနာဝသေနေဝ၊ အာနာပါနသမထ ပထမဂဏနနည်းဖြင့် ရေတွက်အပ်သောအစွမ်းဖြင့်သာလျှင်။ မနသိကာရကာလတော၊ နှလုံးသွင်းသောကာလမှ။ပဘုတိ၊ စ၍။ အနုက္ကမတော၊ အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့်။ ဩဠာရိက အဿာသပဿာသ နိရောဓဝသေန၊ ရှုန့်ရှင်း

သော ထွက်သက် ဝင်သက် ချုပ်ခြင်း၏ အစွမ်းအားဖြင့်။ ကာယ ဒရထေ၊ ကိုယ်၏ပူပန်ခြင်းသည်။ ဝူပသန္တေ၊ ငြိမ်းလတ်သော်။ ကာယေပိ၊ ကိုယ်သည်လည်း။ စိတ္တေပိ၊ စိတ်သည်လည်း၊ လဟုကာ၊ ပေါ့ပါးသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သရီရံ၊ ကိုယ်သည်။ အာကာသေ၊ ကောင်းကင်၌။ လင်္ဃနာကာရပတ္တံဝိယ၊ ခုန်လွှားပျံတက်အံ့ သောအခြင်းအရာသို့ ရောက်သကဲ့သို့၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ စတုတ္ထနည်း၌ ယောဂီ၏စိတ်သည် အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သော ကိုယ် စိတ်သည် ပေါ့ပါး၍ ကောင်းကင်သို့ ခုန်လွှားပျံတက်သကဲ့သို့သော ဥပမာဖြစ်ခြင်းကိုသိအပ်၏။

ဤကား အထူးသဖြင့် ငြိမ်သက်သော ကိုယ် စိတ်သည် ပေါ့ပါး၍ ကောင်းကင်သို့ ခုန်လွှားပျံတက်သကဲ့သို့ ဖြစ်တတ် သည်ကို ပြခြင်းပေတည်း။



အာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်း၌ ပဘာဝနေတရားလေးပါးပြခြင်း

ထိုအာနာပါန စတုတ္ထနည်း၌ ပရိဂ္ဂဟိတဘို့ဖြင့် သိမ်း ဆည်း၍ အားထုတ်သောယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား၊ သန္တ ဝူပသန္တ သုခုမ ဝိစေတဗ္ဗ လဟုကသို့ ရောက်စေလျက် အထူးသဖြင့်

နေ့ ညဉ့်မယုတ်အားထုတ်သည်ရှိသော် ပဘာဝန တရားလေး ပါးတို့၏အညစ်အကြေးတို့ကိုကြဉ်ရှောင်ရခြင်း၊ ပဘာဝန်တရား လေးပါးတို့၏ ပြည့်စုံရသည်ကို သိရခြင်း၊ ဤသို့အားဖြင့် နှစ်ပါးရှိ၏။

ထိုနှစ်ပါးတို့တွင် ပဘာဝနတရားတို့၏ အညစ်အကြေး ဟူသော်ကား။ မိမိ၏ ကိုယ် စိတ်နှစ်ပါးကို သိမ်းဆည်း၍ ထွက် သက်ကိုရင်း၊ ဝင်သက်ကိုရင်း ထိုထွက်သက် ဝင်သက်တို့၏ ပဋိဘာဂကိုရင်း၊ ထိုသုံးပါးတို့၌ အာရုံအမြဲ ကွဲပြားခြင်းမရှိ ဧ ိတိဘာဝကေဂ္ဂဟု ဆိုအပ်သော တသားတည်းသော အာရုံကို လုံခြုံစွာ စောင့်ရှောက်၍ သန္တ ဝူပသန္တ သုခုမ ဝိစေတဗ္ဗ လဟုက တို့သို့ရောက်စေရာ မိမိကိုယ်ကို ထွက်သက် ဝင်သက်၏ ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို ရှုစဉ်၌ရင်း။

(၁) အာနမန—ရှေ့သို့ညွတ်ခြင်း၊
(၂) ဝိနမန—နံပါးသို့ညွတ်ခြင်း၊
(၃) သန္နမန—ထက်ဝန်းကျင်ညွတ်ခြင်း၊
(၄) ပဏမန—နောက်သို့ညွတ်ခြင်း၊
(၅) ဣဉ္ဇန—စဉ်းငယ်ရှေးရှုလှုပ်ခြင်း၊
(၆) ဖန္ဒန—စဉ်းငယ်နံပါးသို့လှုပ်ခြင်း၊
(၇) စလန—စဉ်းငယ်ထက်ဝန်းကျင်—လှုပ်ခြင်း၊
(၈) ကမ္ပန—စဉ်းငယ်နောက်သို့လှုပ်ခြင်း

အားဖြင့် ပဘာဝန အညစ်အကြေး ရှစ်ပါးတို့နှင့်ရင်း၊ ရှစ်ပါးမဟုတ်သော်လည်း တပါးပါးနှင့်ရင်း ယှဉ်စေသော

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပဘာဝနတရားလေးပါးတို့နှင့် မပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဘာဝနာ၏ပြီးဆုံးခြင်းသို့မရောက်သေးပါ။

ဘာဝနာ၏ပြီးဆုံးခြင်းသို့ ရောက်ရန်ကား—

ထို့အတူအာနာပါန သမာသစတုတ္ထနည်း ဘာဝနာကို ပွားများအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား မိမိကိုယ်ကို ထွက်သက်၊ ထွက်သက်၏ ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို ရှုစဉ်၌ရင်း၊ ဝင်သက်၊ ဝင်သက်၏ ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို ရှုစဉ်၌ရင်း—

(၁) နအာနမန--ရှေ့ရှုမညွတ်ခြင်း၊
(၂) နဝိနမန—နံပါးသို့မညွတ်ခြင်း၊
(၃) နသန္နမန—ထက်ဝန်းကျင်မညွတ်ခြင်း၊
(၄) နပဏာမန—အောက်သို့မညွတ်ခြင်း၊
(၅) အနိဉ္စန—စဉ်းငယ်ရှေးရှုမလှုပ်ခြင်း၊
(၆) အဖန္ဒန—စဉ်းငယ်နံပါးသို့မလှုပ်ခြင်း၊
(၇) အစလန—စဉ်းငယ်ထက်ဝန်းကျင်မလှုပ်ခြင်း၊
(၈) အကမ္ပန—စဉ်းငယ်နောက်သို့မလှုပ်ခြင်း

အားဖြင့် ပဘာဝန အညစ်အကြေး ရှစ်ပါးတို့နှင့်ရင်း ရှစ်ပါးလုံးမဟုတ်သော်လည်း တပါးပါးနှင့်ရင်း မယှဉ်ခဲ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ပဘာဝန တရားလေးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံသည် ဖြစ်၍ ဘာဝနာ၏ ပြီးဆုံးခြင်းသို့ ရောက်ရလေ၏၊ ထို့ကြောင့် ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ် ပါဠိတော်၌—

ဣတိ ကိရ ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ။ ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမီတိ သိက္ခတိ၊ ဧဝံ သန္တေ (၁) ဝါတူပလဒ္ဓိယာစ ပဘာဝနာ ဟောတိ။ (၂) အဿာသပဿာသာနဉ္စ ပဘာဝနာ ဟောတိ။ (၃) အာနာပါန သတိယာစ ပဘာဝနာ ဟောတိ။ (၄) အာနာပါနဿတိ သမာဓိဿစ ပဘာဝနာ ဟောတိ။

ဣတိ—ဧဝံ ဝုမယာ တ္တာကာရေန၊ ဤသို့ငါဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော ပဘာဝန အညစ်အကြေးရှစ်ပါးမှကင်းသော အခြင်းအရာအားဖြင့်။ ကာယသင်္ခါရံ၊ ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက်ကို။ ပဿမ္ဘယံ—ပဿမ္ဘယန္တော၊ ငြိမ်းစေလျက်၊ အဿသိဿာမိ၊ ရှူအံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ကိရ—ယဒိသိက္ခတိ၊ အကယ်၍ကျင့်ငြားအံ့။ ကာယသင်္ခါရံ၊ ရုန့်ရင်းသော ဝင်သက်ကို။ ပဿမ္ဘယံ—ပဿမ္ဘယန္တော၊ ငြိမ်းစေလျက်။ ပဿသိဿာမိ၊ ရှိုက်အံ့၊ ဣတိ၊ ဤသို့။ ကိရ—ယဒိသိက္ခတိ၊ အကယ်၍ကျင့်ငြားအံ့။ ဧဝံ ပဿမ္ဘယန္တေ၊ ဤသို့ သြဠာရိက ကာယသင်္ခါရကို ငြိမ်းစေချုပ်စေသည်။ သန္တေ၊ ဖြစ်လတ်သော်။

(၁) ဝါတူပလဒ္ဓိယာ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်လေကို အာရုံမှုသောအားဖြင့် ကပ်၍သိသောစိတ်၏။ ပဘာဝနာစ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း။ ဝါ။ ပွားခြင်းသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

(၂) အဿာသပဿာသာနံ၊ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ကို။ ပဘာဝနာဝ၊ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း။ ဝါ၊ ပွားခြင်းသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

(၃) အာနာပါနဿတိယာ၊ ထွက်သက်ဝင်သက်လျှင် အာရုံရှိသောသတိ၏။ ဝါ၊ ထွက်သက်ဝင်သက် နိမိတ်လျှင် အာရုံရှိသောသတိ၏။ ပဘာဝနာဝ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း။ ဝါ၊ ပွားခြင်းသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

(၄) အာနာပါနဿတိသမာဓိဿ၊ ထွက်သက်ဝင်သက် သတိနှင့်ယှဉ်သော သမာဓိ၏။ ဝါ၊ ထွက်သက် ဝင်သက် နိမိတ်သတိနှင့်ယှဉ်သော သမာဓိ၏။ ပဘာဝနာဝ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း။ ဝါ၊ ပွားခြင်းသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ ပြအပ်ခဲ့ပြီးသော အာနာပါန သမထ စတုက္ကနည်း၌ ပဘာဝန တရားလေးပါးကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ သိအပ်ကုန်၏။

ဤကား အာနာပါန သမထ စတုက္ကနည်း၌ ပဘာဝန တရားလေးပါးကို ပြခြင်းပေတည်း။

\+ \+ \+

ပဋိဘာဂနိမိတ် ပရိသုဒ္ဓဖြစ်ပုံကိုပြခြင်း

ထိုသို့ ပြအပ်ပြီးသော ပဘာဝန တရားလေးပါးသို့ ရောက်အောင် အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိကိုယ် ဦးခေါင်းမှစ၍ ခြေဖျားသို့ရောက်အောင်သော မဏ္ဍလ အတွင်း၌ လွန်စွာကြည်လင်သန့်ရှင်းသော မုန်တုံးမုန်တိုင် မုန်ရုပ်ကြီးကဲ့သို့ရင်း၊ မီးတုံး မီးလျှံမီးရုပ်ကြီးကဲ့သို့ရင်း၊ တခုခုသောအဆင်းနှင့် တကွသော ဖန်တုံး ဖန်တိုင် ဖန်ရုပ်ကြီးကဲ့သို့ရင်း၊ (သုညတသို့)

ဂွမ်းစိုင် ဂွမ်းပုံ ဂွမ်းရုပ်ကြီးကဲ့သို့ရင်း၊ နီသောကမ္ဗလာ ရွှေသောကမ္ဗလာ မောင်းသော ကမ္ဗလာစသည်တို့ကဲ့သို့ရင်း၊ (ဝဏ္ဏသို့)

မိမိကိုယ်၌ အရိုးစု အသားစု အူသိမ် အူမအစရှိသော ကြောက်မက်ဖွယ်တို့ကိုရင်း။ (အသုဘသို့)

ထိုသုံးပါးတို့တွင် အစမှသော်ရင်း၊ အလယ်မှသော်ရင်း၊ အဆုံးမှသော်ရင်း၊ဘာဝနာ အားလျော်စွာ တပါးပါးကို ထင်မြင်လာတတ်သည်၊ ထိုသို့ထင်မြင်လာသော အာကာရတို့တွင် ဝဏ္ဏ၊ အသုဘ၊ တပါးပါး ထင်မြင်လာသောသူသည်၊ထွက်သက် ဝင်သက် နိမိတ်ကိုအကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် များစွာလေ့လာ၍ သုံးသပ်ရာ၏။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးအပ်သောနိမိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် လေ့လာ၍ သုံးသပ်ဖန်များလတ်သော် လွန်စွာကြည် လင် သန့်ရှင်းလာရ၍ ပွတ်သစ်သောခရုသင်း၊အိတ်တွင်းမှ ထုတ် သောမှန်၊ကောင်းကင်ယံ၌ နေဝန်း လဝန်းစသည်တို့ကဲ့သို့ တခုခု သော သူ့အာရုံနှင့်သူ့အာရုံ တွေ့ကြုံကြလျက် ထိုရဘာဝ ထာ ဝရမြဲသောအခါ၌ သုညတဘောသို့သက်၍ တလှက်လှက် တဝင်း ဝင်းတောက်လောင်သော မီးလျှံတွင်းသို့ သက်ဆင်း၍ ထိုင်နေရ သကဲ့သို့သော် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက် ရာပေါင်းများစွာ ထောင် ပေါင်းများစွာ အလွန်ကြည်လင်သန့်ရှင်းသော ပဋိဘာဂနိမိတ် ပရိသုဒ္ဓ ဖြစ်သည်ဖြစ်၍ ခင်ကြယ်စွာသင်မြင်လာရ၏၊ ထို့ ကြောင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကသာ၌—

> ပဋိဘာဂနိမိတ္တံ ထဝိကတော နီဟာဒါသ မဏ္ဍလံ ဝိယ သုဓောတ သင်္ခထာလံဝိယ ဝလာဟကန္တရာ နိက္ခန္တ စန္ဒ မဏ္ဍလံ ဝိယ မေဃမုခေ ဗလာကာဝိယ ဥဂ္ဂဟနိမိတ္တံ ပဒါလေတွာ နိက္ခန္တမိဝ တတော သတဂုဏံ သဟဿ ဂုဏံ ပရိသုဒ္ဓံ ဟုတွာ ဥပဋ္ဌာတိ။

ပဋိဘာဂနိမိတ္တံ၊ ပဋိဘာဂနိမိတ်သည်။ ထဝိကတော၊ အိတ်မှ၊ နီဟတာ–ဒါသ မဏ္ဍလံဝိယ၊ ထုတ်အပ်သော ကြေးမုံ ဝန်းကဲ့သို့ရင်း။ သုဓောတ သင်္ခထာလံဝိယ၊ ကောင်းစွာပွတ် အပ်ပြီးသော ခရုသင်းကဲ့သို့ရင်း။ ဝလာဟကန္တရာ၊ တိမ်တိုက် ကြားမှ။ နိက္ခန္တစန္ဒမဏ္ဍလံဝိယ၊ ထွက်သောလပြည့်ဝန်းကဲ့သို့

ဍင်း။ မေဃမုခေ၊ မိုးတိမ်ဝ၌။ ဗဘာဝိယ၊ ဗျိုင်းဖြူပျံ့ သကဲ့သို့ရင်း။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ္တံ၊ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ကို။ ပဒါလေတွာ၊ ထွင်းဖောက်၍။ နိက္ခန္တဣဝ၊ ထွက်၏သို့။ တတော၊ ထို ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက်။ သတဂုဏံ၊ အဆအရာ။ သဟဿဂုဏံ၊ အဆအထောင်။ ပရိသုဒ္ဓံ၊ အလွန်စင်ကြယ်သည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ ဥပဋ္ဌာတိ၊ ထင်လာ၏။

ဤသို့ ပြခဲ့သည်တို့နှင့် အညီ အာနာပါနသမာဓိ စတုတ္ထနည်းကို အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သဒ္ဒဿကကမ္မဋ္ဌာန်းမှတက်၍ ပါရိဟာရိယ အာနာပါနသမာဓိ ဘာဝနာအဟုန် အစုံအစုံ အားကောင်းသဖြင့် ထင်မြင်၍ ရအပ်သော နိမိတ်တို့ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ အလေ့အလာပြု၍ အားထုတ်သည် ရှိသော် ပေါ်လာသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တို့ထက် ရာပေါင်းများစွာ၊ ထောင်ပေါင်းများစွာ အလွန်တရာ ကြည်လင်၍ စင်ကြယ်သော ပဋိဘာဂနိမိတ် ပရိသုဒ္ဓ ဖြစ်လာ ထင်လာ မြင်လာသည်ကိုသိအပ်ပေ၏။ ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့—

ဤကား ပဋိဘာဂနိမိတ် ပရိသုဒ္ဓဖြစ်ပုံကို ပြခြင်း ပေတည်း။

....

စတုတ္ထနည်း၌ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာ နှလုံးသွင်းနေပုံကို ပြခြင်း

ဤစတုတ္ထနည်း၌ ဝါသနာရှင်တို့ ဝါသနာအတိုင်း အလွန်နူးညံ့စွာ နှလုံးသွင်းနေပုံကိုပြဦးအံ့။ ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်း၌ သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ ပထမ ဒုတိယ တတိယ စတုတ္ထနည်းသို့ရောက်အောင် ဆက်ကာ ဆက်ကာ အားထုတ်၍ လာရာ ဘာဝနာအဟုန် အစုံကောင်း၍ ယက်သန်သည် အားလျော်စွာ ထင်မြင်လာသော နိမိတ်တို့ကို နိမိတ်တို့အလျောက် သန္တုဂုပသန္တ သုခုမဝိစေ်တဗ္ဗ စသည်သို့ ရောက်ခဲ့သည်တို့ကို အားရ တင်းတိမ်မှုမရှိသေးသော စိတ်ထားဖြင့် ဟဒယဝတ္ထုမှ လက်လက်ထွက်ပေါ်နေသော ရွှေရောင် ငွေရောင် တပြောင်ပြောင်နှင့် ရွှေမှုန် ငွေမှုန် ရွှေမွှား ငွေမွှား တဖွားဖွား တရိပ်ရိပ် တသိမ့်သိမ့် ရေလှိုင်းလိမ့်သလို တအိအိနှင့် ပိကာ ကြွကာနေသော နိမိတ်တို့နှင့်တကွ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ကို အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာ နှလုံးသွင်းဦးအံ့ဟု နှလုံးသွင်း၍—

ယူထားအပ်သော အာနာပါနသမထ စတုတ္ထကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို လိုရင်းပဓာနထားလျက် အထူးသဖြင့် နူးညံ့သည်ထက် အထူးသဖြင့်အလွန်နူးညံ့၍ သုခုမတမ အထူးသဖြင့် သန္တ၊ အထူးသဖြင့် ဥပသန္တ၊ အထူးသဖြင့် ဝိစေတဗ္ဗ စသော ဂုဏ်သို့ရောက်စေပြီး အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာ သက်တုံ့ဘက်တုံ့နေသော

နိမိတ် ပဋိဘာဂ ဝတ္ထုအစုံ ထိုအာရုံကို သာယာဖြည်းညင်း နှလုံးသွင်း သုံးသပ်လျက် ထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂ ဝတ္ထုကို အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်။

ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်။

ဟု အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာ သာယာဖြည်းညင်းနှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေရပါသည်။ နေပါဦး၊ (အရေးမကြီးအပ်)။

ကျွန်ုပ်တို့သည် နှစ်-လ များစွာ အနုမာသိဖြင့် အားထုတ်ခဲ့သော်လည်း ကျေနပ်မှုရှိလောက်ပြီဟူ၍ မရခဲ့ပါ။

ဤသို့ အားထုတ်ရာ မိမိသည် အားထုတ်အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို အားထုတ်သောအခါတို့၌ နိမိတ်အာရုံကို ထင်မြင်အောင် ပေါ်အောင် ကြံဆောင်မှု တောင့်တမှု ကြောင့်ကြမှု ကြံစည်မှု တွေးတောမှုမရှိပဲ အာဝဇ္ဇနကို သတိရကာ လျစ်လျူရှု၍ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံကိုသာ လိုရင်းပခေနထားပြီး "ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်" ဟူသော နှလုံးသွင်းကို အာရုံမိအောင် နှလုံးသွင်း၍ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာ အားထုတ်နေရပါသေး၏။

အားထုတ်၍ အားရှိသည်ထက် အားရှိလာသောအခါ ဟဒယဝတ္ထုကိုသာ အာရုံစိုက်မိလျက် ဟဒယဝတ္ထုမှထွက်သော နိမိတ်လျှံတက်၍ ဖိုဝမှထွက်သော မီးရောင်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မီးပန်း မီးပေါက် တဖြောက်ဖြောက်ထွက်သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊

ရေပိုက်မှထွက်သော ရေမှုန် ရေမွှားကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ရေပြင်မှ ထင်သော လှိုင်းကြက်ခွပ် တဖျပ်ဖျပ်နှင့် ဖြာကနဲ ဖြာကနဲဖြစ်သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ တလိမ့်လိမ့် တရွရွ သွားနေသော ရေလှိုင်းကဲ့သို့သည်းကောင်း။

ခန္ဓာကိုယ်ကာယ ဟိုအနား ဒီအနား တလျှပ်လျှပ် တဖျပ်ဖျပ် ခရာင်ထွက်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ နှာဝမှ လည်းကောင်း၊ မျက်နှာရှေ့မှ လည်းကောင်း အမျိုးမျိုး ထင်မြင်၍ ခန္ဓာကိုယ်ကြီး မြိမ်သက်လျက် အိပ်ပျော်သလိုလိုနေရာမှ တအိအိ ဖြင့် ပိ၍ ပိ၍ ကျသွားသော ငွမ်းပုံကြီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ပါလာဟင်းလင်းထဲ၌ အတွယ်ကင်းသော ဝိညာဉ်ကလေးကဲ့သို့ လည်းကောင်း။

မြဒါးရှည်ကွင်း သွင်းထားသော ပုလဲလုံးကလေးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ရွှေရည်ကျဲကျဲ၌ ရဲရဲကလေးနေရသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ကိုယ်လုံးပျောက်၍ ကောင်းကင်သို့ ရောက်နေရရှာသော မပြောစကောင်း မပြောပလောက်သော ဝိညာဉ်ကလေးဟု ဆိုရလောက်အောင် ဖြစ်နေရသကဲ့သို့ လည်းကောင်း— စသော နိမိတ်အမျိုးမျိုးတို့ကို တွေ့ကြုံထင်မြင်တတ်ပါသေး၏။

ဤသို့တွေ့ကြုံထင်မြင်မှု နူးညံ့သောသူ ချမ်းမြေ့သော အခင့်ကိုယူ၍နေရသကဲ့သို့ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးတို့ သိမ်မွေ့နူးညံ့လှ၍ သန္တ ပနီတ သုခုမ ဘဇယာမ တို့ အထူးသဖြင့် ကိန်းဝပ်၍ (စိတ်ဓာတ်၌ အထင်ကြီးတတ်လေသည်— မကြီးလင့်၊) နှစ်သက်အပ်သော အာရုံနှင့်တွေ့ကြုံတိုက်ဆိုင်သော်လည်း ချောက်ချား၍ ဖောက်ပြားခြင်းမရှိ မဝင်စားမိပဲလည်း ဖြစ်တတ်လေ၏။

လောကီအာရုံတို့၌မူကား သန္တ ဝူပသန္တ သုခုမ တရ-တမတို့လောက် စုံစုံမက်မက် နှစ်သက်ခြင်း မဖြစ်တတ်ပဲဖြစ်၍ နေတတ်သေး၏။ (နေဒပမင့် စိတ်ကြီးမဝင်အပ်) ယူသွားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို မလွှတ်စေပဲ နှလုံးသွင်းလျက် ထွက်သက် ဝင်သက် ဟဒယဝတ္ထုကို အာရုံပြု၍—

ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်

ဟု ဖြည်းဖြည်းနှေးနှေး အလွန်နူးညံ့စွာ အားထုတ်နေရပါ၏။

အာရုံကို မိအောင်မဖမ်းနိုင်၍ စိတ်သည် မငြိမ်မသက် လွင့်လျက် ဝိတက်ကြီး ဝိဘက်ငယ် တို့နှင့် ယှဉ်၍ လောဘ-ဒေါသ—မောဟ—တည်းဟူသော ကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့ ဝင်ရောက်နေလျှင် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိမဖြစ်နိုင်၊ သိအပ်သော အာရုံကို မိအောင်ဖမ်း၍ မပြတ်မလပ် နှလုံးသွင်း အားထုတ်နေလျှင် ဝိက္ခမ္ဘနပဟာန်ဖြင့် ကိလေသာတို့ကို ပယ်နေသည် မည်သောကြောင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟစသော ကိလေသာအညစ်အကြေးတို့ ဝင်ခွင့်မရ၍ အလွန်အလွန်နူးညံ့သော ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးတို့ ဖြူစင်သန့်ရှင်းလျက် ဟဒယတွင်း၌ တည်ငြိမ်၍ သုဒ္ဓိဖြစ်နေသဖြင့် "အဝိက္ခေပနဋ္ဌေန စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ" ကို ယောဂီသူမွန်သူတော်ချွန်တို့ ကိုယ်စီ ကိုယ်စီ သိအပ်တော့၏။

ထို့ကြောင့် အထူးသဖြင့် နူးညံ့စွာနှလုံးသွင်း နေပုံကို အစုံအစုံထပ်၍ အားထုတ်နေရန် ပြခြင်းဖြစ်ပါ၏။ ဤသို့ နေ့၊ ရက်၊ လ၊ နှစ်များစွာ ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်နေပါလျှင် ရှေးရှေးသောနည်းတို့က နိမိတ်အားသန်သော်၎င်း၊ မသန်သော်၎င်း ဤအားထုတ်အပ်သော စတုတ္ထနည်း၌ ပရိကံ ဘာဝနာ

အဟုန်အားသန့်သည်ဘက် အားသန်လာသောကြောင့် အမျိုးမျိုးဆန်းကြယ်သော နိမိတ်တို့မြင်ရပြန်ခြင်း။ ကျောင်းလုံးကျွတ်လင်း၍ ကိုယ်လုံးကြီးဝင်းနေရခြင်း၊ (ကျောင်းငယ်ပါစေ)၊ တိမ်နီတွင်း နီဝင်း၍ထိုင်နေရခြင်း၊ ဟဒယတွင်း ရွှေအဆင်းကဲ့သို့ ဝင်းနေခြင်း၊ ဟဒယဘွင်း အလင်းထဲ၌ ဝပ်စင်း၍ တည်ငြိမ်နေရခြင်း—ဤသို့ထင်မြင်လျက် တည်ငြိမ်ဝပ်စင်း၍ နေရခြင်းတို့သည် ထက်သန်သော စေတနာ နူးညံ့သောနှလုံးသွင်းဖြင့် ဖြည်းဖြည်း နွေးနွေး အေးအေး သာသာနှလုံးသွင်း အားထုတ်ခဲ့ပါသောကြောင့် ဖြစ်ရလေသည်ဟု ဝမ်းမြောက်ရပါသည်။

တခါတရံ သုံးနာရီ လေးနာရီခန့်၊ တခါတရံ ညလုံးပေါက် တခါတရံ အရုဏ် ရောက်လောက်အောင် အစလအကမဲ့နှဖြင့် မတုန်မလှုပ် မချွတ်မယွင်း ဟဒယတွင်း၌ ဝပ်စင်းလျက် တည်ငြိမ်၍ နေတတ်ပါ၏၊ ဤလို ဟဒယတွင်း၌ ဝပ်စင်းလျက် တည်ငြိမ်၍ ကိန်းနေသည်ကို အရှင်ကောဏ္ဍညမထေရ်မြတ်ကြီးလို ထွက်သက်ဝင်သက် နှလုံးသွင်းစဉ် ငြိမ်၍သွားမှာလားဟု အထင်ရောက်မိတော်ပေ၏၊

ဤလို ထင်မြင်ပါသော်သည်း ဝိပဿနာ ကူးခါနီးဖြစ်သဖြင့် “သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ” အထူးသိလျက် သိလျက် ကိုယ် စိတ်ကို အလွန်နူးညံ့စေ၍ ယူထားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကို နှလုံးသွင်းလျက် ထွက်သက်ဝင်သက် ဟဒယတွင်းကို အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်။

ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်–ငြိမ်းစေမည်–ငြိမ်းစေ
မည်

ဟု အလွန်အထူးသဖြင့်နူးနူးညံ့ညံ့ အားထုတ်နေပါလေ၊ ဝိရိယ ထား၍ အားထုတ်ပါက အဘယ်မှာလျှင် မဖြစ်ပဲရှိပါအံ့နည်း၊ စလ–ကမ္မနစသည်တို့ သိမ်မွေ့သည်ကိုလည်း သိအပ်၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို ပဓာနထား၍ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် နေ့ညဉ့်မပြတ် တစပ်တည်းဖြင့် အာရုံနှင့် အာရမ္မဏိက ဟပ်ဟပ်နေအောင် စိတ်ကိုရှင်စွာထား၍ အားထုတ်အပ်၏၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို ကောင်းမှုအနေထား၍ အားထုတ်သောသူသည် အနည်ဆုံးတနေ့တနေ့ထား၍ သုံးနာရီ လောက်စီ အားထုတ်အပ်၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို လက်မလွှတ် ရုံ အားထား၍ အားထုတ်သောသူသည်၊ နံနက်၊ နေ့လည်၊ ညဉ့်အနည်းဆုံး နာရီဝက်လောက်စီ အားထုတ်အပ်၏။

မဂ်ဖိုလ်အလို့ငှာ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မလျော်သော အချိန်ကိုထား၍ လျော်သော အချိန်တိုင်းတို့၌ နေ့၊ ညဉ့်မပြတ်အားထုတ်အပ်ပါ၏။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဆရာညွှန် ကြားတော်မူသည့်အတိုင်း သဗ္ဗတ္ထက ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့်ပါရိဟာရိယ ကမ္မဋ္ဌာန်းမှ တက်၍ ဝိပဿနာကိုသင်ကြားပြီး အတွင်းထား၍ ဤအာနာပါန သမထ လေးနည်းကို အကြားမပြတ် တစပ် တည်းထား၍ တောတောင်စသည် ခိုကပ်လျက် ခြောက်နှစ် တိုင်တိုင် အားထုတ်ခဲ့ပါသည်။

ခြောက်နှစ်တိုင်တိုင် အားထုတ်ပြီးနောက် အားထုတ်စဉ် တွေ့မြင်ခဲ့သော နိမိတ်ပေါင်းစုံကို မှတ်သားထားပြီး ဆရာတော်၌

ဘုရားကြီးအား လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။ လျှောက်ထားအပ် သောနိမိတ်ပေါင်းစုံကို အလွန်ရခဲတွေ့ခဲသဖြင့် စုပေါင်း၍ခြောက် နှစ်နှင့်အညီ ဘဝဲသာဒီပနီအမည်ဖြင့်ရေးသားရန် ဆရာတော်ဘုရား ကြီးသည် စေခိုင်းတော်မူ၏။

နိမိတ်တို့မည်သည် ထင်မြင်လိုတိုင်းလည်း ထင်မြင်သည် မဟုတ်ပါ၊ထင်မြင်ပြန်လည်း သဘာဝအတိုင်းသာ ထင်မြင်သဖြင့် မိမိသဘောအတိုင်းလည်း မပါမရောက်ပါ၊ ကျမ်းဂန်များ၌ ဘာဝနာသညာကြောင့် ထင်မြင်သည်ဆို၏၊

ထို့ကြောင့် ဘာဝနာအားကောင်းအောင် အားထုတ် လျှင် ထင်မြင်ရမြဲဖြစ်ပါ၏၊ထို့ကြောင့် ဤအာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်း၌ နှလုံးသွင်းအပ်သည်ကိုနှလုံးသွင်းလျက် ထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂဝဏ္ဏကို အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေ မည်။

ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည် — ငြိမ်းစေ မည်

ဟု အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာနှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေ ပုံကို ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ အမိန့်တော်အတိုင်း လက်တွေ့ နည်းတို့ကို သည့်သွင်း၍ ပြခဲ့ရပါသည်။ ထွက်သက်ဝင်သက်နှင့် နိမိတ်စပ်ပုံကိုသည်း ပြခဲ့ဘူးပြီ။ဤသို့သိအပ်ကုန်၏။

ဤကား စတုတ္ထနည်း၌ အထူးသဖြင့် အလွန်နူးညံ့စွာ နှလုံးသွင်းနေပုံကို ပြခြင်းစကားချပ်ပေတည်း။

\+ \+ \+

ဥပစာရ သမာဓိ ဥပစာရ ဘာဝနာ ပြည့်စုံကြောင်းကို ပြခြင်း

ဤအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်းကို စေတနာသက်သန်စွာဖြင့် နေ့ ရက် လ နှစ်ပေါင်းများစွာ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ထက်သန်သော စေတနာ ဘာဝနာအဟုန်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော နိမိတ်တို့သည်(ကြည်လင်သော အဆင်းကိုသာ ယူအပ်၏၊)မနောဝိညာဏ်ဖြင့် မြင်ကောင်းသောကြောင့်တည်းဟု နှလုံး၍ သိမှီးလျက်၊ ထို ပရိမဏ္ဍလ- ကြည်လင်သော ပဋိဘာဂနိမိတ်ထင်မြင်၍ တပါးသော အာရုံသို့ မသွားမရောက်ပဲ တည်ကြည်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား ပဋိဘာဂနိမိတ်ထင်မြင်သောအခါမှ နီဝရဏ တရားတို့သည် အာရုံယူထားအပ်သော ပဋိဘာဂကို အာရုံပြုသောအတွင်း၌ ပယ်ခွာဆုတ်ရှားကြလျက် ကိလေသာတို့သည် ကုန်ခန်းသကဲ့သို့ ငြိမ်ဝပ်စွာ တည်ကြကုန်၏။ ဤလို ငြိမ်ဝပ်စွာတည်၍သာလျှင် မိမိသမာဓိစိတ်သည် ကောင်းစွာ ခိုလှုံလျက် ဥပစာဘုံ၌ တည်ရာ၍ ဥပစာရ ဘာဝနာပြည့်စုံကြောင်းကိုသိအပ်၏၊ ထို ဥပစာရဘာဝနာပြည့်စုံရကြောင်းကို—

ဥပ္ပန္နကာလသောဘ ပနဿ ပဌာယ နိဝရဏာနိ ဝိက္ခမ္ဘိတာ နေဝဟောန္တိ၊ ကိလေသာ သန္နိသိန္နာဝ၊ ဥပစာရသမာဓိနာ စိတ္တံ သမာဟိတမေဝ ါတိ။ ။
(ဝိသုဒ္ဓိမဂ်)

တတော ပဌာယ ပရိဗန္ဓဝိပ္ပဟိနာ ကာမာဝစရ သမာဓိ သင်္ခါတာ ဥပစာရဘာဝနာ နိပ္ဖန္နာနာမ ဟောတိ။
(သင်္ဂြိုဟ်)

တတော ပဌာယတိ ပဋိဘာဂနိမိတ္တုပ္ပတ္တိတော ပဌာယ။ ။ (ဋီကာ)

တတော ပဌာနယာတိ ပဋိဘာဂနိမိတ္တုပ္ပတ္တိတော ပဘုတိ။ ။ (သုမင်္ဂလ)

ပန၊ အကျိုးကို ဆိုဦးအံ့။ အသ၊ ထို ပဋိဘာဂနိမိတ်၏။ ဥပ္ပန္နကာလတော၊ ဖြစ်သောအခါမှသာလျှင်။ ပဌာယ၊ စ၍။ နိဝရဏာနိ၊ နိဝရဏတို့သည်။ ဝါ၊ ကန့်ကွက်ပိတ်ဆို့ တားဆီးတတ်သော နိဝရဏတို့သည်။ ဝိက္ခမ္ဘိတာနေဝ၊ ခွာအပ်ကုန်သည်သာလျှင်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ ကိလေသာ၊ တဒေကဋ္ဌ ကိလေသာတို့သည်။ သန္နိသိန္နာဝ၊ ငြိမ်ဝပ်စွာ နေကုန်သည်သာလျှင်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ ဥပစာရသမာဓိနာ၊ ဥပစာရသမာဓိသည်။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ သမာဟိတမေဝ၊ ကောင်းစွာထားအပ်သည်သာလျှင်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဤသိအယုံးဤသည်ကား။ ဝိသေသော၊ အထူးတည်း။

တတော၊ ထို ပဋိဘာဂနိမိတ် ထင်သည်မှ။ ပဋ္ဌာယ၊ စ၍။ ပရိဗန္ဓဝိပ္ပဟီနာ၊ ပယ်အပ်ပြီးသော နီဝရဏတည်းဟူသော ဘေးရန်ရှိသော။ ကာမာဝစရ သမာဓိသင်္ခါတာ၊ ကာမာဝစရ သမာဓိဟု ဆိုအပ်သော။ ဥပစာရဘာဝနာ၊ ဥပစာရဘာဝနာသည်။ နိပ္ဖန္နာနာမ၊ ဖြစ်လာသည် မည်သည်။ ဝါ၊ ပြီးပြည့်စုံသည် မည်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

တတောပဋ္ဌာနယာတိ၊ ကား။ ပဋိဘာဂနိမိတ္တုပ္ပတ္တိတော၊ ပဋိဘာဂနိမိတ်ဖြစ်သည်မှ။ ပဋ္ဌာယ၊ စ၍။ ။(သုမင်္ဂလကား ပါတိ၊ စ၍။)ဤသို့ သိအပ်၏။

အချုပ်သော်ကား ဤသို့ ငြိမ်သက်စွာ တည်ကုန်သည် ဖြစ်၍သာလျှင် ဥပစာရသမာဓိသည်၊ ဝါ၊ အပ္ပနာ သို့ ကပ်ရောက်နေသော သမာဓိသည် စိတ်ကို ကောင်းစွာထားအပ် သည်သာလျှင် အထူးဖြစ်တော့၏။ ထို ပဋိဘာဂကို မြင်သည်မှ စလျက် စိတ်ကို ကောင်းစွာထား၍ ပယ်အပ်သော နီဝရဏ တည်းဟူသော ဘေးရန်ရှိသော။ ဝါ- ဘေးရန်တည်း ဟူသော နီဝရဏ ပယ်ပြီးသော၊ ကာမာဝစရသမာဓိ ဟု ဆိုအပ်သော ဥပစာရဘာဝနာသည် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ယောဂီသူမွန် သူတော် ချွန်သည် အားသွန်လုံ့လ ဝီရိယဖြင့် ဌာန်သီးသီးကပ်ထင်၍ မှီးခဲ့သော သတ္တိနှင့် တည်ကြည်သော သမာဓိအာရုံ၌ မကွေ မကွာ ရှိကြလျက် ဥပစာသို့ရောက်ကာ ဥပစာရဘာဝနာပြည့်စုံ တော့သည်။ ဥပစာရဘာဝနာပြည့်စုံ၍ ကူးလိုရာ ကူးနိုင်တော့ ပေပြီ။ ယောဂီသူမွန် ပုဂ္ဂိုလ်ချွန်အပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့-။

ဤသို့ ဥပစာရဘာဝနာ ပြည့်စုံကြောင်းကို သိအပ်၏။ ဤကား ဥပစာရသမာဓိ ဥပစာရဘာဝနာ ပြည့်စုံကြောင်းကို ပြသော စကားပေတည်း။

....+....

ရုပ်ဥပစာ နာမ်ဥပစာ အကြောင်း ပြခြင်း

ဥပစာ ဟူရာ၌ ရုပ်ဥပစာ နာမ်ဥပစာ နှစ်ပါးကိုပြဦးအံ့၊ ဤပြအပ်ခဲ့သော ပါရိဟာရိယကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်သော အာနာပါန သမထ ပဌမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ၊ စတုတ္ထ လေးနည်းတို့ကို အားထုတ်၍ အပ္ပနာ၏ အနီး ဥပစာသို့ အသက် သမထ လမ်း အဆုံးသတ်လေသည်။

အပ္ပနာသို့တက်လိုမူလည်း တက်နိုင်တော့သည်၊ ဝိပဿနာသို့ ကူးလိုမူလည်း ကူးနိုင်တော့သည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဥပစာရသမာဓိမှ ဝိပဿနာသို့ အလျင်အမြန်ကူးအံ့ဟု၊ အာဒိုပြုခဲ့သည်နှင့် အညီ၊ ဝါ—ယထာဘူတ၏ သမာဟိတအခြေခံခဲ့သည်နှင့် အညီ အာနာပါနသမထစတုတ္ထနည်းကိုသိမ်းလိုက်ပြီး၍ ဤအာနာပါန သမထ စတုတ္ထနည်းမှ ဝိပဿနာသို့ ကူးတော့မည်။

ဤအာနာပါနသမထလမ်း၌ ဥပစာသို့ သက်သည် ဆိုက်သည် ထိုက်သည် ရောက်သည် ဟူရာတို့တွင် အလုပ်တို့၏ ဝေါဟာရ၌ ရုပ်ဥပစာ နာမ်ဥပစာ ဟူ၍ နှစ်ပါး အပြားရှိ၏။ ထိုနှစ်ပါးတို့တွင် ရုပ်ဥပစာဆိုက်ပုံကား—

ထိုအာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်းကို သိမ်းလိုက်သော အခါ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့ ငြိမ်းသည်ထက် ငြိမ်းသည့်၊ သာသည်ထက် သာသည်ဖြစ်၍၊ သုခုမဘာရတမှ ဖြစ်လတ်သော် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် လေဖြင့်ပြီးသော အိတ်ကြီး ကဲ့သို့ ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ၊ ဖြူသည်ဖြစ်စေ၊ နီသည်ဖြစ်စေ ဖောင်းကြွပြည့်ဖြိုး၍ ကောင်းကင်သို့ ထိုးဘက်၍ ပျံ့ဝဲသကဲ့သို့ ဖြစ်သောအခါ လှည့်လည်၍ နေသောအခါတို့၌ ရုပ်ဥပစာဆိုက်သည်ဟု ခေါ်ရ၏။

ဖောင်းကြွပြည့်ဖြိုး၍ ကောင်းကင်သို့ သိုးတက်ပျံ့ဝဲသကဲ့ သို့သော ရုပ်ကြီးသည် မှုန်ရောင် ဖန်ရောင် တိမ်နီရောင်စသည်တို့ ကဲ့သို့ ကြည်လင်သည်လည်း ထင်တတ်၏။ မကြည်လင်သည် လည်းထင်တတ်၏။ ဖြူစင်သောအသွင်ဖြင့်လည်း ထင်တတ်၏။ လူ၏အရေအဆင်းကဲ့သို့သော အသွင်ဖြင့်လည်း ထင်တတ်၏။ အလွန်ကြည်လင်သော အရုပ်ကလေးအသွင်ဖြင့်လည်း ထင် တတ်၏။ ဖြူဖွေးလှသော ငွေမ်းရုပ်ကြီးအသွင်ဖြင့်လည်း ထင် တတ်၏။ ဖောင်းကြွထိုးတက်၍ ကောင်းကင်၌ ပျံ့ဝဲလျက်နေသကဲ့ သို့လည်း ထင်တတ်၏။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ရုပ်ဥပစာ ဆိုက်ပုံကို သိ သိပ်၏။

နာမ်ဥပစာဆိုက်ပုံကား—ထို အာနာပါနသမထ စတုတ္ထနည်း ကိုသိမ်းလိုက်သောအခါ မိမိ၏ကိုယ်ဟုခေါ်အပ်သော မဏ္ဍလ အတွင်း၌ အလွန်ကြည်လင် သန့်ရှင်းလှသော ထွက်သက်

ဝင်သက် ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို ထင်မြင်သောအခါ၌ နာမ်ဥပစာ ဆိုက်သည်ဟုခေါ်ရ၏။ ဤသို့နာမ်ဥပစာဆိုက်ပုံကို သိအပ်၏။

ဤအခါ အားလုံးသော ဒြပ်ရောင်ပျောက်၍ ဟာလာ ဟင်းပြင် မိုးကောင်းကင်၌ စိတ်ချည်းထဲ နေရဘတ် ထင် ရတတ်၏။

ကြည်ဝင်းလှသော နိမိတ်တွင်း၌ ဝပ်စင်း၍စိတ်ချည်းထဲ လည်းနေရတတ်ထင်ရတတ်၏။ တကိုယ်လုံးမှထွက်သောလျှပ်ပျက် ရောင်ဝင်း၍ အလင်းထဲ၌လည်း နေရဘတ်၏။ ဒြပ်ပျောက်၍ ကောင်းကင်၌ လည်နေရသော ဝိညာဉ်ကလေးချည်းထဲလည်း နေရသည်ဟု နေရတတ်ခြင်း၊ ထင်တတ်ခြင်း စသောထင်တတ် ခြင်းတို့သည်အလုပ်တရားအားလျော်စွာ ရုပ်ဥပစာ နာမ်ဥပစာ နှစ်ပါးကိုသိအပ်၏။ (သမထ ယောဂီများကျက်စားသောနေရာ တို့ပေတည်း။)

ဤကား ရုပ်ဥပစာ နာမ်ဥပစာအကြောင်း ပြခြင်း **စကား**ပေတည်း။

\+ \+ \+

ဝိပဿနာမကူးမီ ပေါ်တတ်သော နိမိတ်သမာဓိကို စိတ်အရှည်ဆုံးနှလုံးသွင်းရန်ပြခြင်း

ဥပစာသို့ သက်ရောက်သော်လည်း အထူးနှလုံးသွင်းရန် နှင့်ပေါ်တဘ်သောနိမိတ်ပေါ်လျှက် ကောင်းသော ဆန္ဒကိုမှီ၍

ကောင်းသောသမာဓိရကြောင်းနှင့် စိတ်အရှည်ဆုံး နှလုံးသွင်းရန်ကိုပြဦးအံ့။

ဥပစာသို့ သက်ရောက်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဝိပဿနာသို့မကူးမီ သုခပဋိပဒါဖြစ်စေခြင်းငှာ မယိမ်းမယိုင် ကောင်းစွာထိုင်၍ အထူးသဖြင့်သိမ်မွေ့နူးညံ့စွာ အားထုတ်ဦးအံ့ဟု ကောင်းသောနှလုံးသွင်းခြင်းကိုပြု၍ မိမိသည်ထင်မြင်၍ ရရှိခဲ့ဘူးသောထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂဝဏ္ဏနိမိတ်တို့ကို အားလုံးသောပရိမဏ္ဍလတို့၌ဖြစ်ဖြစ် တစိတ်တဒေသ၌လည်း ဖြစ်ဖြစ် နှလုံးသွင်းစူးစိုက်၍ တခြားတပါးသော အာရုံသို့မပြေးမသွား မညွတ်မယိမ်းမှုကိုင်းရှိုင်းစေပဲ ယူထားအပ်သော အာရုံနိမိတ်တို့မလွတ်အောင် စိတ်အရှည်ဆုံးနှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေရဦးမည်။

စိတ်အရှည်ဆုံး နှလုံးသွင်းဟန်ကား ကိုယ်ကိုဖြောင့်စွာထား၍ ကောင်းစွာထိုင်လျက် ထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂဝဏ္ဏကို အာရုံပြု၍—

ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်။

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်

ဟုအထူးသဖြင့်အလွန်အနူးညံ့ဆုံး စိတ်အရှည်ဆုံး နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်နေရပါသေးသည်။ဤသို့နှလုံးသွင်း၍ နေရပါသေး၏။

ဤသို့ စိတ်အရှည်ဆုံးနှလုံးသွင်း၍ နေရက် ကြာပြန် ၂အခါ ဖြစ်တတ်ပေါ်တတ်သော နိမိတ်တို့သည်ကား—စိတ်

သည် ဟဒယဝတ္ထု၌ တည်ကြည်ငြိမ်သက်လျက် ပြိုးပြိုးပြက်ထွက်သော အလင်းရောင်ကိုရင်း၊ ဟဒယတွင်းမှ ရေပွက်ရေပန်းကိုရင်း၊ ရေပြင်သို့ကျသော မိုးရည် မိုးပေါက်ကဲ့သို့ရင်း ထင်မြင်ရပါသေး၏။

ကိုယ်ကာယကြီးဖောင်းကြွ၍မီးပုံးပျံကြီးကဲ့သို့ ကောင်းကင်သို့ ဟက်သွားသည်ကိုရင်း၊ လျှပ်ပြက်သလိုတလက်လက်နှင့်ထွက်နေသောနိမိတ်၊ ခတ်မီးရောင်အောက် ဂွမ်းရုပ်ကြီးရောက်၍ထိုင်နေသလို ထိုင်နေရသောနိမိတ်၊ ပိုးလောက်တွင်းမှ ပိုးလောက်တွေ တက်ကြွဆင်းကြွတရွရွနှင့် နေကြသည့်ကိုထင်မြင်ရသောနိမိတ်၊ တကမ္ဘာလုံးနံ့သာရောင်တွေ ဖုံးသွားသောနိမိတ်၊ ကိုယ်ကာယကြီးသည် တိမ်တွင်း၌ ဝင်းဝင်းကြီးထိုင်နေသကဲ့သို့ ဝင်းဝင်းကြီး ထိုင်နေရသောနိမိတ်။

ပြကတိသော အသားရောင်ပျောက်၍ ကိုယ်ကာယကြီးဝင်းနေသောနိမိတ်၊ မိုးရည် မိုးပေါက်တဖြောက်ဖြောက်ကျနေသော မိုးရည်အောက်၌ထိုင်နေရသလိုထင်မြင်ရသောနိမိတ်၊ ကောင်းကင်မှ မြူမှုန်တွေကျဆင်းလာသည်ကို ထင်မြင်ရသောနိမိတ်၊ လှုပ်ရှား၍မရအောင်ခိုင်ခံ့တည်ငြိမ်စွာ ထိုင်နေရသည်ကို ထင်မြင်ရသောနိမိတ်၊ ပြဒါးရည်တွင်းသို့ ဝပ်စင်း၍နေရသောပိုးကောင်ကလေးကဲ့သို့ ဟဒယတွင်း၌နေရသောနိမိတ်။

တိမ်နီဆောင်အုပ်၍ ငုံနေသကဲ့သို့ ဖြစ်နေရသည်ကို ထင်မြင်ရသောနိမိတ်၊ ကိုယ်လုံးဝင်း၍ ကျောင်းတွင်း၌ လင်းနေသည်ကိုထင်မြင်ရသောနိမိတ်၊ ပြကတိသောကိုယ်လုံးဖြင့်ကျောင်းတွင်းသာလင်းနေသောနိမိတ်၊ ဧဒေါ်လက်ရောင်ဖြင့် ကျောင်း

တွင်းအမှောင်ပျောက်၍အလင်းရောက်နေသောနိမိတ် စသော နိမိတ်တို့ကိုရင်း ဤစတုတ္ထနည်းကို အလွန်နူးညံ့စွာအားထုတ် ရာ၌တွေ့မြင်တတ်ပါသေး၏။

"ဤနည်းမှ မတွေ့မမြင်မထင်သေးသော် ပရိက္ခဟာ၌ထင် မြင်ရမြဲဓမ္မဘာပေတည်း" ဟု ဆရာတော်ဘုရားမိန့်ကြားဘူး၏။ သို့ပေမင့် အဆင့်ဆင့်အားလျော်စွာ အာရုံယူလျက် ထွက်သက် ဝင်သက် ပဋိဘာဂဝတ္ထုကိုအာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်-- ငြိမ်းစေ မည်။

ဝင်သက်အခိုက် ငြိမ်းစေမည်— ငြိမ်းစေမည်-- ငြိမ်းစေ မည်-

ဟုအထူးသဖြင့် စိတ်အရှည်ဆုံး နူးညံ့စွာနှလုံးသွင်း၍ အား ထုတ်ပါလေ၊ ကျေနပ်အောင်အားထုတ်ပါ။ ဤလိုသတိမူ လျက် ကျေကျေနပ်နပ်မချွတ်မယွင်း ဆန္ဒကောင်းကောင်းနှင့် နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်ပါလျှင် ကောင်းသောဆန္ဒကိုမှီ၍ ကောင်းသောသမာဓိရသည့်အကြောင်း—

ဆန္ဒံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု နိဿာယ လဘတိ သမာဓိံ ။

ဟု ပြခဲ့သည်မဟုတ်ပါလော၊ ထို့ကြောင့်"ငြိမ်းစေမည်-ငြိမ်း စေမည်-ငြိမ်းစေမည်"ဟုအားထုတ်လိုသောဆန္ဒကိုမှီ၍ ကောင်း သော သမာဓိရနိုင်ကြောင်းကိုပြလျက် ကောင်းသောသမထ ဘာဝနာအဟုန် အဆင့်ဆင့်တက်၍ မြင့်သည်ထက်မြင့်လာသော အခါ ယူထားအပ်သော ဘာဝနာအာရုံဝတ္ထု၌ ငြိမ်သက်မှု ပြည့်စုံ၍ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်၏ စိတ်ကိန်းဝပ်နေသဖြင့်

ထန်းသုံးဆယ့်နှစ်ပင်တပင်ပင်၌တည်ငြိမ်စွာဝပ်နေသောမျောက်ကို ရန်သူတည်းဟူသော လေးသမားမုဆိုးသည် ဒူးလေးဖြင့်တောင် မဆိုး မဆွ မချိန် မရွယ်နိုင်ကော့သကဲ့သို့—

ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်သည်လည်း ယူထားအပ်သော ဝတ္ထုအာရုံ၌ စိတ်သည်တည်ငြိမ်ဝပ်ကိန်း၍ ရန်သူတည်းဟူသော ကိလေသာ နီဝရဏဘရား ယုတ်တို့သည် မပိတ် မဆို့ မတားဆီးနိုင်တော့ပဲ ဆုတ်ခွာဖယ်ရှား၍ အနားသို့တောင် မကပ်နိုင်ကြသဖြင့် ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်၏ စိတ်သည် အားရဝမ်းသာ နှစ် ဖြာသော သုခရလျက် ဟဒယဝတ္ထုအကြည်အိမ်၌ ပူရှိန်ကင်းပ အေးမြလှသော လမင်းကြီးအတွင်း ဝပ်စင်း၍နေသကဲ့သို့ မပျံ့မလွင့် ကိန်းဝပ်၍ တည်ငြိမ်ရလေ၏။

သမာဟိတော ယထာ ဘူတံ ပဇာနာတိ။

တည်ငြိမ်သောကြောင့် ဟုတ်မှန်သော သဘောတရားကို ကောင်းစွာသိနိုင်ရတော့၏ ကောင်းစွာအထူးသိနိုင်ရန်ထွက်သက်ဝင်သက် ပဋိဘာဂ ဝတ္ထုကို အာရုံပြု၍—

ထွက်သက်အခိုက်--ငြိမ်းစေမည်--ငြိမ်းစေမည်--ငြိမ်းစေမည်၊

ဝင်သက် အခိုက် ငြိမ်းစေမည်--ငြိမ်းစေမည်--ငြိမ်းစေမည်

ဟု တည်ငြိမ်၍ ဝပ်ကိန်းနေအောင် အားထုတ်နေသေးရန်ပြခဲ့ပေ၏။ အပန်ဖန်အဆပ်ထပ် မပြတ်မလပ် အားထုတ်နေသော ယောဂီသူမွန် သူတော်ချွန်၏စိတ်သည် မပျံ့မလွင့်ငြိမ်သက်၍ တည်ကြည်ရတော့မည့် သမာဓိဖြစ်ပေ၏။

ဤအခါ ဗဟုသုတရှိဖြစ်သော ယောဂီသူမွန် သူတော်ချန်တို့သည် ဘယ်သူကိုမှ မမှီရပဲ "အဝိက္ခေပနဋ္ဌေန သမာဓိ" ကို သတိရတော့မည်ဖြစ်၏၊ "အဝိက္ခေပနဋ္ဌေန စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ"ကိုလည်း သတိရတော့မည်ဖြစ်၏၊ "အဝိက္ခေပေါ သမာဓိဗလံ" အားရှိသည်မှန်ပေ၏ဟု သဘောကျရတော့မည်ဖြစ်၏၊ "နီဝရဏာ ခမ္မေသမေတိတိ သမထော"ကို မပြောပဲဖြင့်လည်း ပေါ်လာရတော့မည်ဖြစ်၏၊ ဤသို့ကောင်းသော သဘောရောက်သဖြင့် ဝမ်းမြောက်စွာ အားထုတ်အပ်သော သမာဓိတရားကို ဝမ်းမြောက်စွာ အားပါးတရ ဝမ်းပန်းတသာ အားထုတ်ရတော့၏၊ ထို့ကြောင့် ဝိပဿနာသို့မကူးမီ အထူးနှလုံးသွင်းရန် ပြခဲ့ပေသည်။

ဤကားဝိပဿနာမကူးမီ အထူးနှလုံးသွင်း၍ ဖြစ်ပေါ်သော နိမိတ်သမာဓိနှင့် စိတ်အရှည်ဆုံး နှလုံးသွင်းရန် ပြခြင်းစကားပေတည်း။

\+ \+ \+

ယထာဘူတတရားကိုသိနိုင်ရန် သမာဓိတရား ပွားများကြလော့ဟု ဘုရားရှင် တိုက်တွန်းတော်မူသည်ကိုပြခြင်း

ဘုရားရှင်သည် အခါတပါး၌ ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတတရားကို သိနိုင်ကြစေရန် ငါ၏ချစ်သား ရဟန်းများတို့.... သင်ချစ်သား ရဟန်းများတို့သည် တည်ကြည်စွာရှိနိုင်သော

သမာဓိတရားကို အားထုတ်ပွားများကြကုန်လော့၊ အားထုတ်ပွားများ၍ ကောင်းစွာတည်ကြည်ရှိသော် ဟုတ်မှန်သော ယထာဘူတ သဘာဝတရားကို ကောင်းစွာသိနိုင်၏ဟု ဟောကြားပြသ ဆုံးမတော်မူသည်။ ထို့ကြောင့်—

"သမာဓိံ ဘိက္ခဝေ ဘာဝေထ၊ သမာဟိတော ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ"

ဟု သမာဓိသုတ်၌ထုတ်၍ ပြခဲ့ပြီးသည်မဟုတ်ပါလော။

ဘိက္ခဝေ၊ ဟုတ်မှန်သည့်အရေး တွေးဆမြော်မှန်း ငါ၏ ချစ်သားရဟန်းများတို့၊ တုမွေ၊ ငါ၏ ချစ်သားသင်ရဟန်းများ တို့သည်။ သမာဓိံ၊ တည်ကြည်စွာဘိ သမာဓိတရားကို။ ဘာဝေထ၊ အားထုတ်ပွားများကြကုန်လော့။ သမာဟိတော၊ အားထုတ်ပွားများ၍ ကောင်းစွာတည်သည်ရှိသော်။ ယထာဘူတံ၊ ဟုတ်မှန်သည့်အရေး တွေးဆမြော်ထား သဘာဝတရားကို။ ပဇာနာတိ၊ အပြားအားဖြင့်သိနိုင်၏။

ဤသို့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ စိန္တေယျာသည် ဟုတ်မှန်သော သဘာဝတရားကို တည်ကြည်သော သမာဓိရှိပါမှ ကောင်းစွာ သိနိုင်သဖြင့် ကောင်းသော သမာဓိတရားကို အားထုတ်ပွား များကြကုန်လော့ ဟု ဟောကြားပြသ ဆုံးမတော်မူသည်ကို ထောက်ထား၍ နောက်နားကပြခဲ့သော အာနာပါန သမာဓိ ကမ္မဋ္ဌာန်း "ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်—ငြိမ်းစေမည်" ဟူသော သမထလမ်းကို ကြိုးပမ်းမယုတ် ကောင်းစွာတည်သည်ထက် တည်အောင် အားထုတ်ပွားများ၍ နေကြကုန်ရာ၏—ယောဂီ သူမွန် သူတော်ချွန်အပေါင်းတို့........။

ဤကား သမာဓိတရားသည် ယထာဘူတ သဘာဝ တရားကို သိနိုင်သောအကြောင်းဖြစ်သဖြင့် သမာဓိတရားကို အားထုတ်ပွားများကြကုန်လော့ ဟု ဘုရားရှင် တိုက်တွန်းတော်မူသည်ကို ထပ်၍ပြခြင်းစကားရပ်ပေတည်း။

အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် များမြတ်သောအကျိုးအာနိသင် ရှိကြောင်း ဘုရားရှင်ဟောကြားသည်ကိုပြခြင်း။

သမာဓိတရားကို အားထုတ်ကြကုန်လော့ ဟု ဟောကြားတော်မူသည်မှတပါး ငါ၏ ချစ်သားရဟန်းများတို့-သင်ချစ်သားရဟန်းတို့သည် အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အားထုတ်ပွားများသည်ရှိသော် ကြိမ်ဖန်များစွာ အလေ့အလာပြု၍ ပွားများသည်ရှိသော် များမြတ်သောအကျိုး များမြတ်သော ကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိကြောင်းကို ဟောကြားပြသဆုံးမတော်မူသည်၊ ထို့ကြောင့်–

ဧဝံ ဘာဝိတာ ခေါ ဘိက္ခဝေ အာနာပါနဿတိ
ဧဝံ ဗဟုလီကတာ မဟပ္ဖလာ ဟောတိ မဟာနိသံသာတိ။
(မဟာဝဂ္ဂ)

ဘိက္ခဝေ၊ ငါ၏ ချစ်သားရဟန်းများတို့။ တုမှေဟိ၊ ငါ၏ ချစ်သားသင်ရဟန်းများတို့သည်။ ခေါ၊ စင်စစ်။အာနာပါနဿတိ၊ အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို။ ဧဝံ၊ ဤသို့။

ဘာဝိတာ၊ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ ဧဝံ၊ ဤသို့။ ဗဟုလီကတာ၊ ကြိမ်ဖန်များစွာ အလေ့အလာပြု၍ ပွားများအပ်သည်ရှိသော်။ မဟပ္ဖလာ၊ များမြတ်သောအကျိုးရှိသည်။ မဟာနိသံသာ၊ များမြတ်သော ကျိုးဆက် ဂုဏ်အင်အာနိသင်ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသို့ ဘုရားရှင်သည် သတ္တဝါဟူ ဟိန္ဒူဂူဝေနေယျတို့အား သနားတော်မူလှသဖြင့် များမြတ်သောအကျိုး၊များမြတ်သောကျိုးဆက်ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသော အာနာပါနသတိသမာဓိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုဟောကြားပြသ ဆုံးမတော်မူသည်ကြားပြသဆုံးမတော်မူအပ်သော အာနာပါန သမာဓိကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို သတ္တဝါဟူဟိန္ဒူဂူဝေနေယျတို့ လိုက်နာမယုတ် အားထုတ်ကြရတော့မည်၊အားထုတ်ကြရမည့် အကြောင်းကိုလည်းသိအပ်၏။

ဤကား အာနာပါန သမာဓိ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် များမြတ်သောအကျိုး များမြတ်သော ကျိုးဆက် ဂုဏ်အင် အာနိသင်ရှိသည်ကို ပြခြင်းပေတည်း။ ။

(သမထ) ဦးအောင်မြတ်

သမထ ဦးအောင်မြတ်

ဗုဒ္ဓ၏

အာနာပါန ဘာဝနာ

ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်နည်း

မြတ်စာပေ၊ အမှတ် ၁၄၇၊ သိမ်ဖြူလမ်း၊
ကန်တော်ကလေးစာတိုက်၊
ရန်ကုန်မြို့။